

第53回高齢者スポーツ大会

日11月17日(月)午後0時15分～3時〈雨天中止〉所中央公園芝生広場内玉入れなどでさわやかな汗を一緒に流しませんか。人市内在住60歳以上の方 閏老人クラブ連合会 ☎ 32-7558

補装具巡回相談

日11月21日(金)午前9時～正午 所保健福祉センター 人身体障害者手帳所持または障害者総合支援法の対象疾病に該当する人で対象補装具の支給要件を満たす人 申 & 閏障がい福祉課 ☎ 38-2043/ FAX 38-2160

あしやの会

日11月21日(金)午後1時30分～3時 所リードあしや内認知症の当事者や家族が、集まり思いを語り合える場です。人認知症の当事者およびその家族 費200円 申20日(木)午後5時まで 下記へ 閏西山手高齢者生活支援センター ☎ 25-7681

食のフレイル予防教室



日11月21日・28日・12月5日(金)午前10時～11時30分(12月5日は午後0時30分まで)※日程・回数は変更になる場合あり 所コミュニティスペースふらっと内フレイルや栄養に関する講義(1・2回目)調理実習(3回目) 人10人(毎回参加できる人・応募多数抽選) 費500円(12月5日のみ) 持筆記用具・飲み物・エプロン等 申11月1日～12日(午前9時～午後5時)に下記へ 閏東山手高齢者生活支援センター ☎ 32-7552

「終活研修」受講生募集

日11月26日(水)午後1時～4時10分 所保健福祉センター3階多目的ホール内「人生の最後まで、自分らしく生きる」をテーマに、知っておきたいツールや、心を豊かにしてくれる生活のヒントや考え方を学びませんか 人市内在住・先着50人 持筆記用具 申 & 閏権利擁護支援センター ☎ 31-0682

さわやか体操教室



日12月3日～令和8年3月18日(全8回)第1・3(水)午後2時～3時30分※日程・回数は変更になる場合あり 所市営南芦屋浜団地集会所(陽光町5-7)内簡単な筋トレ・ストレッチをインストラクターと一緒にを行います。人市内在住・65歳以上・15人(初めての人優先) 持タオル・飲み物 申11月1日～31日に電話で下記へ(応募多数抽選) 閏潮見高齢者生活支援センター ☎ 34-4165

こども・子育て

児童センターの催し

所 & 閏児童センター ☎ 22-9229 (〒659-0061上宮川町10-5) 【子育てフリー相談】 日毎(金)午前10時～11時30分内 児童厚生員との個人面談(こども同伴可) 人1日1組 申電話で 【みんなで考える子育て講座】

日11月26日(水)午前10時～11時30分内 子育てと親の自己肯定感を考える 人テーマに関心のある保護者・先着15人※一時保育あり(1歳6カ月～) 申11月4日(火)午前9時30分～電話(土・日・祝除く)か申込フォームで。 【子育てママのリフレッシュ講座③】 日11月25日(火)午前10時～11時30分内 コンディショニングで筋肉を整えて、腰痛改善! 人子育て中の母親・先着12人※一時保育あり(1歳6カ月～) 費200円 申11月11日(火)午前9時30分～電話(土・日・祝除く)か申込フォームで。 【卓球ひろば】



日11月13日(木)午後4時15分～5時 人小学生・先着20人 持飲み物 申当日5分前から



各種相談

各種相談の詳細はホームページへ

専門家・
家庭・
人権



福祉



家庭（こども・女性など）・人権に関する相談		
こども家庭総合支援担当 ホットライン 児童虐待の通報、子育ての悩み等 【全国共通ダイヤル】 ☎ 189	月～金 午前9時～午後5時30分	所保健福祉センター ☎ 38-8993 ※左記以外の時間(電話相談のみ) ☎ 0798-45-5535 閏こども家庭・ 保健センター ☎ 31-0643
心理相談〈要予約〉 こどもの悩みを臨床心理士に相談	11月6日・13日(木) 午後2時～5時	人1人45分 閏こども家庭・保健 センター ☎ 31-0643
女性の悩み相談〈要予約〉 ①心の悩み相談②家事相談 (夫婦・親族間の相談)	①11月4日・14日・18日・28日 午後1時～4時②11月21日 (金)午前11時～午後4時	所 & 申 & 閏男女共同参画センタ ー ☎ 38-2022 (一時保育あり・ 要予約) 人悩み相談①②1人50 分/法律相談1人30分
女性のための法律相談(要予約) 夫の暴力や離婚問題等の相談	11月8日(土)・12月3日 (水)午後2時～4時	
女性サポート相談室 親族や交際相手からの暴力・行き 先がなく困っているなど	月～金(祝日除く) 午前9時～午後5時30分	閏芦屋市女性サポート相談室 ☎ 38-9130
DV相談室 無視やモラハラも含む配偶 者等からの暴力等	月～金(祝日除く) 午前9時～午後5時30分	閏芦屋市DV相談室 ☎ 38-9100
LGBT(セクシュアルマイノ リティ) 電話相談 ☎ 38-2111 性別違和等の悩み相談	11月4日・18日(火) 午後4時30分～8時15分	人1人30分 費通話料(相談無料) 閏人権・男女共生課 ☎ 38-2055
人権相談〈要予約〉 いじめ・名誉毀損等	11月11日・25日(火) 午後1時～4時	人各日3人・1人60分 所 & 申 & 閏 人権・男女共生課 ☎ 38-2055
福祉に関する相談		
総合相談窓口 生活・仕事の悩み・不安等	月～金・午前9時～午後5 時(祝日除く)	所保健福祉センター 閏社会福祉 協議会 ☎ 31-0681/ FAX 32-7529
権利擁護専門相談〈要予約〉 成年後見制度の利用・虐待・ 相続等	月～金・午前9時～午後5 時(祝日除く)	所保健福祉センター 申 & 閏権利擁 護支援センター ☎ 31-0682/ FAX 31- 0687/ 閏 ashiya-asc@hn.pasnet.org
専門家への相談		
土地と建物の登記相談 土地の境界問題や分筆合筆 新築・増築等の登記相談	11月4日(火)午後1時～ 4時	申当日午後0時45分～3時30 分に右記へ 所 & 閏市民参画・協 働推進課市民相談係(愛称:お困 りです課) ☎ 38-5401
公正証書相談 遺言・養育費等の公正証書	11月11日(火)午後1時～4時	
行政相談 国や県への要望	11月19日(水)午後1時～ 4時(オンラインでの相談 は1週間前までに要予約)	
こころの整理相談〈要予約〉 精神保健福祉士・公認心理 師への心の悩みの相談	11月5日(水)午後1時～ 4時(1人50分)	所 & 申 & 閏市民参画・協働推進課 市民相談係(愛称:お困りです課) ☎ 38-5401
不動産相談〈要予約〉 不動産の売買・契約等	11月18日(火)午後1時～ 4時	
税務相談〈要予約〉	毎(月) 午後1時～4時	
家事相談〈要予約〉 夫婦・親子等家庭での問題	11月12日・26日(水) 午後1時～4時	
法律相談(要予約) ①弁護士(法律問題全般) ②司法書士(登記・不動産・成 年後見など)	①毎(木)午後1時～4時 30分 ②毎(金)午後1時～4時	申希望する週の月曜(祝日の場合は翌 開庁日)午前9時から電話で下記へ 所 & 閏市民参画・協働推進課市民相 談係(愛称:お困りです課) ☎ 38-5401
オンライン法律相談 養育費や親子交流等に関する 相談	12月18日(木)	人1人30分 申11月27日(木)まで に電話で 所 & 閏こども政策課 ☎ 38-2045
消費生活相談 消費生活トラブルの相談	月～金・午前9時～正午 / 午後0時45分～4時	所 & 閏芦屋市消費生活センター ☎ 38-2034
金融相談〈要予約〉 創業・経営資金・融資相談	12月1日(月) 午後1時～4時	人1人30分 所 & 申 & 閏地域経済振 興課 ☎ 38-2033
労働相談〈予約優先〉 社会保険労務士への相談	11月10日(月) 午後1時～4時	
入国管理局相談窓口 在留資格変更手続きなどを 入国管理局職員に相談	11月4日(火)・12月1日 (月)〈毎月第1月曜日〉午 後1時～4時	所市役所北館3階ミーティング ルーム3 人5人 申Eメールで 閏国際文化推進課 ☎ 38-2008/ 閏 kokusai@city.ashiya.lg.jp