

総合相談窓口

☎社会福祉協議会 ☎31-0681
 日 毎週月～金曜・午前9時～午後5時30分(祝日除く) 所 保健福祉センター 内 生活に困っていること、仕事の悩みなど
 【セブシオ出張相談】
 日 10月10日(火)午後2時～4時 所 セブンイレブン潮芦屋店内

合同行政相談

日 10月18日(水)・午後1時～4時 所 市役所東館3階 内 国・県への苦情や意見などを行政相談委員へ相談 申 午後0時45分～3時30分に直接会場へ 問 市民参画・協働推進課 ☎38-5401

家庭児童相談(24時間)

【家庭児童相談 24時間】
 日 月～金曜・午前9時～午後5時30分 所 保健福祉センター 内 児童虐待の通報、子育ての悩みや心配ごとの相談(妊婦も含む) 問 芦屋市子ども家庭総合支援担当ホットライン ☎38-8993※上記以外の時間(電話相談のみ) ☎0798-45-5535
 【全国共通ダイヤル】☎189
 【心理相談(要予約)】
 日 10月19日(木)午後2時～5時(1人45分) 内 子どもの悩みを臨床心理士に相談 人 18歳未満の子どもと子どもを持つ親(妊婦含む) 問 子ども家庭・保健センター ☎31-0643

ひとり親家庭等特別相談

日 11月16日(木) 内 弁護士による法律相談 申 11月2日(木)までに下記へ 所 & 問 子ども政策課 ☎38-2045

女性のためのステップ相談(女性活躍相談)

日 月～水・金曜・午前9時～午後5時30分(月曜のみ3時30分) 内 就労や起業に関する助言・情報提供 申 2次元コードか電話で下記へ(オンライン相談可)
 所 & 問 男女共同参画センター ☎38-2022

外国人相談窓口

日 11月6日(月)午後1時～4時 内 在留資格変更手続きなどを入国管理局職員に相談 人 5人 申 Eメールで下記へ 所 & 問 広報国際交流課 ☎38-2008/☎kokusai@city.ashiya.lg.jp

DV相談室

日 毎週月～金曜・午前9時～午後5時30分 内 配偶者等からの暴力の相談 問 芦屋市DV相談室 ☎38-9100

高齢者・福祉

補装具巡回相談

日 10月6日(金)午前9時15分～正午 所 西宮市総合福祉センター 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 & 問 障がい福祉課 ☎38-2043/☎38-2160

第73回社会を明るくする運動 市民の集い

日 10月7日(土)午前10時～11時(雨天中止) 所 JR芦屋駅ペDESTリアンデッキ 内 県立芦屋高校書道部パフォーマンス・兵庫県警察音楽隊演奏など 問 地域福祉課 ☎38-2153

社会福祉協議会の催し

【ワンコインサロン】
 日 & 内 10月13日(金)新聞ちぎり絵/20日(金)風水教室/27日(金)座って健康体操・午前10時30分～ 所 保健福祉センター 人 60歳以上・各12人 費 100円(別途要材料費) 申 10月2日(月)午前9時から電話で下記へ 問 社会福祉協議会 ☎32-7525
 【しょうがい者とのスポーツ交流ひろば】
 日 10月17日(火)午後1時30分～3時30分 所 保健福祉センター 内 障がい者スポーツ種目の体験 人 市内在住・在勤・在学 持 上靴・飲み物 申 & 問 社会福祉協議会 ☎32-7525/スポーツ推進課 ☎22-7910

【ファミサポ協力会員養成講座】
 日 10月17日・19日・20日・24日～26日(全6回)・午前10時～正午(17日・26日は午前9時45分～) 所 保健福祉センター他 内 子育てに必要な知識と実技を学ぶ 人 15人 申 & 問 ファミリー・サポート・センター ☎25-0521

【要約筆記一日体験講座】
 日 10月18日(水)午後1時30分～3時30分 所 保健福祉センター 人 市内在住・在勤・在学 持 筆記用具 申 & 問 社会福祉協議会 ☎32-7525


【認知症サポーター養成講座】
 日 10月26日(木)午前10時～11時30分 所 保健福祉センター 人 市内在住・在勤・15人 申 & 問 社会福祉協議会(精道高齢者生活支援センター) ☎34-6711

10/21は 第51回高齢者スポーツ大会

秋の一日、玉入れや〇×クイズなどで、さわやかな汗を一緒に流しませんか？

- 日時 10月21日(土)午前10時～午後0時30分(雨天中止)
- 会場 川西運動場
- 対象 市内在住の60歳以上
- 受付 当日、会場入口のテントへ

問い合わせ 高齢介護課 ☎38-2044



フレイル予防教室

日 10月25日(水)午前11時30分～午後0時30分 内 口腔機能の低下とフレイル 人 65歳以上の人・支援者・先着25人 持 タオル・上靴・飲み物 所 & 申 & 問 介護予防センター ☎31-0628

スマホサポーター養成講座

日 10月26日・11月2日(木)午後1時30分～3時30分 所 保健福祉センター 内 スマホの使い方をアドバイスする人向けの講座
 人 市内在住 申 & 問 社会福祉協議会 ☎32-7525



ひだまりの会

日 10月26日(木)午後3時～4時 所 保健福祉センター 内 中高齢のひきこもりの子を持つ親の情報交換 人 10人 問 社会福祉協議会 ☎31-0681

寄ってカフェ

日 10月27日(金)午後1時30分～4時 所 保健福祉センター 内 ほっと一息つきませんか？ 人 10人 問 三田谷治療教育院 ☎22-5085

さわやか運動教室

日 11月8日～令和6年3月13日・第2・4水曜・午後1時～2時30分(全9回) 所 朝日ヶ丘集会所 内 簡単ストレッチ&筋トレ 人 すべて参加できる市内在住・65歳以上・15人 持 タオル・上靴・飲み物・筆記用具 申 10月2日～13日に電話で下記へ※前回受講者は申し込み不可。他会場と同時参加不可(応募者多数抽選) 問 東山手高齢者支援センター ☎32-7552

さわやか体操教室



日 11月17日～令和6年3月15日・第1・3金曜・午前10時～11時(全9回) 所 芦屋浜管理センター 内 歩いて健康！歩行に必要なトレーニング 人 市内在住・65歳以上・15人(初めての方優先) 持 タオル・飲み物 申 10月2日～31日に電話で下記へ 問 潮見高齢者支援センター ☎34-4165

子ども・子育て

児童センターの催し

所 & 問 上宮川文化センター ☎22-9229/☎22-1659(〒659-0061上宮川町10-5)
 【子育てフリー相談】
 日 10月6日・13日・20日(金)午前10時～11時30分 内 児童厚生員と面談 人 1日1組 申 電話で上記へ
 【子育てママのリフレッシュ講座②】
 日 10月24日(火)午前10時～11時30分 内 慢性肩こり改善レッスン 人 子育て中の母親先着12人※一時保育：1歳6カ月以上 費 200円 申 10月10日(火)午前9時30分から電話で上記へ
 【卓球ひろば】
 日 10月26日(木)午後4時15分～5時 人 小学生16人 持 飲み物・上靴 申 当日5分前に会場へ
 【子育て講座-卒乳・断乳について-】
 日 10月31日(火)午前10時～11時30分 人 テーマに関心のある保護者15人(子ども同伴可) 申 10月10日(火)午前9時30分から電話で上記へ