

ひがしなだ子育てナビ

●子育て情報

東灘図書館の催し

- ①おひざのうえのおはなし会
 日時 4月13日⑩10:30・11:30(入替制)
 対象 親子(0歳~就園前)と妊婦
 定員 各12組(開始15分前より先着順)
 - ②お話と絵本の時間
 日時 4月3・10・17・24日⑩11:00~11:20
 対象 4歳~小学生
 定員 各15人
 - ③みんなのおはなし会
 日時 4月23日⑩10:30・11:00
 対象 子ども~大人
 定員 各7人
- 問 東灘図書館 ☎858-8773 ㊟858-8776

魚崎児童館の催し

- ①拠点児童館「J-Lunch」
 給食のない日、一人でお昼ごはんを食べるのはさみしいな。そんな時は児童館でお弁当を食べませんか。
 日時 長期休業中・小学校代休日 12:00~13:00
 場所 魚崎児童館
 対象 小学生
 持物 各自お弁当・お茶
- ②拠点児童館「J-Cafe」
 発達がゆっくりなお子さんと保護者が安心して過ごせる居場所です。親子でゆっくりと過ごしてみませんか。

- 日時 毎週水曜日 10:00~12:00
 (小学校代休日・長期休業中は実施無し)
- 場所 魚崎児童館
- 対象 発達がゆっくりなお子さんとその保護者
- 申込 ①②とも電話か直接問へ来館
- 問 魚崎児童館 ☎㊟453-2662

なかよしキッズ

- 発達ゆっくりなお子さんを持つ保護者のつどい
- 日時 4月18日⑩10:00~11:45
- 場所 区役所 3階33会議室
- 定員 10人(先着順)
- 問 区社会福祉協議会 ☎841-4131(内線415) ㊟841-7999
 ㊟kosodate1@higashinada-syakyo.or.jp

子育てに関する無料相談

- 日時 月~金曜(祝休日除く)9:00~17:00
- 問 区こども家庭支援室 ☎856-8080 ㊟811-3769

区子育て関連のサイト

子育て支援サイト

東灘 うめろく

子育てイベント情報発信サイト「ためまっぴ東灘」

4・5月の保健だより

後期高齢者・神戸市国保加入者特定健康診査(集団健診)

- 予約定員制/4月16日⑩~5月15日⑩
- 申込 兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 ㊟871-8048
- 問 神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 ㊟262-1165

会場名	日程	時間
東灘区役所5階	4月27日⑩ 5月10日⑩	9:15~11:00

4月以降の集団検診については、新型コロナウイルス感染症の状況により中止となる可能性があります。最新の情報は市のホームページまたはけんしん案内センター(☎262-1163)でご確認ください。

- 対象 ①生活習慣病の治療中でない後期高齢者医療制度加入者
 ②30歳・40歳以上の神戸市国民健康保険加入者(対象者には受診券を郵送)
- ※ 39歳以下の人については、保健担当(☎841-4131)にご相談ください(要件あり)
- ※ 生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者は、区生活支援課で受診券を交付します

健診会場で併せて実施

- ①胸部X線(結核)健診(無料・単独受診可・満15歳以上)。石綿(アスベスト)による健康不安のある人はぜひご利用ください。
- ②肝炎ウイルス検査(無料・単独検査可)。40歳以上で過去に検査を受けたことの無い人。
- ③風しん抗体検査(無料・単独検査可)。風しんクーポン券をお持ちの人。本人確認書類必要。

健康相談・栄養相談・ひきこもり相談・精神保健相談

生活習慣を見直したい人、精神面で不安をお持ちの人はご相談ください。

	日程	時間
①健康・栄養相談【予約制・無料】	4月12日⑩ 5月10日⑩	9:00~10:30
②ひきこもり相談会【予約制・無料】	4月12日⑩・4月26日⑩	13:30~16:00
③精神保健相談【医師・精神保健福祉相談員】	事前に電話などで予約が必要	

- 問 ①保健担当 ☎841-4131(内453~456) ㊟811-3769
- ②神戸ひきこもり支援室 ☎#8900 または 361-3521
- ③区保健福祉課 ☎841-4131(内406) ㊟811-3769

神戸市立小磯記念美術館で「赤ちゃん家族の日」を始めました。

赤ちゃんと一緒に美術館へ!

- 概要 4月14日⑩を「赤ちゃん家族の日」とし、未就学児1人につき大人2人の入館料を割引(一般入館料200円→160円)します。授乳などができる休憩室を提供します。5月以降、毎月第3木曜日に「赤ちゃん家族の日」を実施し、特別展の開催期間中は特別展の入館料を割引しますのでぜひお越しください。
- 問 市総合コールセンター ☎0570-083-330または☎333-3330 (年中無休8:00~21:00) ㊟333-3314



「ひがしなだペーパークラフト」第2弾! おうち時間にぴったり! 作って、かざって、楽しもう!

第1弾として「だんじり」と「御影公会堂」を制作したひがしなだペーパークラフトですが、ご好評につき、第2弾として「神戸ファッションプラザ」ができました! 六甲アイランドにある円盤型のオルビスホールが特徴のすてきな建物です。東灘区のホームページからプリントアウトしてご利用いただけます。子どもたちが楽しみながら作れるよう、組み立て説明書も掲載していますので、ぜひおうち時間に作ってかざってください! ※区役所4階41窓口で配布もしています。 [ひがしなだペーパークラフト | 検索](#)



東灘区公式Facebook、Instagramのご紹介!

- Facebook ... [東灘 FB | 検索](#)
 区の事業紹介や楽しいイベントなどの情報を発信しています。
- Instagram ... [東灘 インスタ | 検索](#)
 #insta_higashinada をつけてくれたみなさんの投稿をご紹介します。魅力的な写真ばかりですのでぜひご覧ください。



東灘図書館に聞いた! 今月のおすすめの一冊

「SS将校のアームチェア」

著:ダニエル・リー 訳:庭田よう子
 出版社:みすず書房

古い椅子の中にずっと隠されていた、無名のナチ親衛隊将校の身分証。書類を託されたユダヤ系英国人の歴史家は、将校の遺族や各地の文書館を訪ね歩く。やがて、自分の親類と将校の人生が、独ソ戦のさなかに交錯していたことを発見する。歴史を語り伝えることや、偶然だらけの人生について、じっくりと味わえる一冊。

ISBN:978-4-622-09034-2

