

保健・健康

アスベスト

救済制度に基づく手続きを
ID 1003849

▽中皮腫や、石綿による肺がんなどで現在療養中の人▽これらの疾病に起因して死亡した人の遺族——のうち労災保険法などで補償されない人で、まだ認定申請をしていない場合は手続きを。閩疾病対策課 4869・3032。

保健所で実施する検診など
ID 1003847

◆アスベスト検診 10月30日までの月曜日午後1時～2時・火曜日～金曜日午前9時～10時（月・金曜日は不定期）、肺がん（胸部）検診の後に問診を。閩市内在住の40歳以上の人 閩各6人 料 300円 申 電話か直接疾病対策課 4869・3053。

講座・教室

食育ボランティア養成講座
ID 1010381

6月19日～7月17日木曜日午前10時～11時30分計4回、北部保健福祉センターで、食に関する基礎知識などの講話を。閩講座修了後、同ボランティアとして活動できる人 閩15人 申 6月5日から電話で北部地域保健課 4950・0637。

市民すこやかセミナー

6月20日（金）午後2時30分～3時30分、尼崎総合医療センターで、「元気に長生き！口腔ケア」をテーマに。先 120人 申 不要 閩同センター患者サポートセンター 6480・7000。

健康増進すみれ会と一緒に

◆救命救急講習会 ID 105931

7月2日（水）午前10時～11時30分、南部保健福祉センターで。先 10人。

◆椅子に座って楽しく体操

ID 1023816 7月8日（火）午前10時～11時、小田南生涯学習プラザで。先 10人。

いずれも 閩6月5日から電話かファクス（氏名、電話番号、講座名を書いて）で南部地域保健課 6415・6342 或 6430・6850。

ストップフレイル！おいしく食べよう健口教室

ID 1009307

いずれも午前10時～11時30分、簡単な調理の実演やお口の体操などを。閩65歳以上の人 閩①②③20人④15人 閩6月5日から電話かファクス（氏名、電話番号、希望日を書いて）で①③④南部地域保健課 6415・6342 或 6430・6850。

会場		月	日	日程
①大庄北生涯学習プラザ	7	11		
②立花南生涯学習プラザ	29			
③小田南生涯学習プラザ	30			
④中央南生涯学習プラザ	30			

◆出前講座 ID 1009308

来年3月までの午前9時30分～午後4時、専門職が

食生活「お口の健康」いずれかのプログラムを選択。いずれも時間は1時間程度。会場は皆さんで用意してください。1グループ年度内1回。閩65歳以上の人で構成されている5人以上の団体 閩会場費などは実費 申 希望する日の1カ月前までに直接か電話、所定の用紙をファクスで南部地域保健課（前記参照）。

そのほか

小児慢性特定疾病医療受給者証の更新
ID 1003342

同受給者証の有効期限は9

けんしん（検診・健診）を受けましょう！

閩健康支援推進担当① 4869－3033 ② 6435－8967

①がん検診など ID 1009487

定期的な検診で、がんの早期発見を。検診により受診できる場所や自己負担額が異なります。

検診	対象
胃がん（内視鏡検査）	50歳以上の人（2年度に1回）
胃がん（エックス線検査）	40歳以上の人（1年度に1回）
肺がん（胸部検診）	
大腸がん	
乳がん	40歳以上の女性（2年度に1回）
子宮頸（けい）がん	20歳以上の女性（2年度に1回）
肝炎ウイルス	40歳以上の人（一生に1回）

②ヘルスアップ（集団健診） ID 1020620

【生活習慣病予防健診】 閩 16～39歳 4月2日以降に本市の国民健康保険に加入した40～74歳——の人 料 23～39歳の人1000円 【特定健診】 閩 40～74歳の本市の国民健康保険加入者 【後期高齢者健診】 閩 県後期高齢者医療制度加入者 【健康増進事業健診】 閩 40歳以上の生活保護受給者。前記以外の人は、加入している医療保険者へお問い合わせを。

日程は表の通り。受付時間は①午前8時30分～11時②午前8時30分～11時30分③午前9時～正午④午前9時30分～11時30分⑤午前9時30分～正午⑥午後1時～3時。

集団健診の予約方法

◆健診予約フリーダイヤル 0120-552-363（平日午前10時～午後5時） 0120-774-005（平日午前10時～午後3時）

◆健診すずめ通信ホームページ



月	日	曜日	会場	時間
6	8	日	武庫川東グランドハイツ集会所※1 保健所	① ②
	10	火	パークタウン西武庫中央集会所	③
	14	土	戸ノ内コミュニティ会館※1	③
	15	日	園田東生涯学習プラザ※2	④⑥
	16	月	保健所	②
	18	水	女性センタートレピエ（女性のみ）	⑤
	20	金	ハーティ21	④
	21	土	シビル21プラザ（西長洲福祉会館）	③
	22	日	浜田会館※1	③
	23	月	中小企業センター	⑤
7	26	木	小田北生涯学習プラザ	⑤
	27	金	保健所	②
	28	土	ハーティ21	④
	29	日	田能連協会館	③
	1	火	園田東生涯学習プラザ	④
	2	水	ハーティ21	④
	5	土	保健所	②
	7	月	保健所	②
	9	水	女性センタートレピエ	⑤
	12	土	ハーティ21※3	④
	15	火	小田南生涯学習プラザ※2	④⑥
	16	水	大庄北生涯学習プラザ	④
	18	金	ハーティ21	④
	21	月	中小企業センター	⑤
	22	火	武庫西生涯学習プラザ	④
	25	金	保健所	②
	26	土	大西東福祉協会集会所※1	③
	29	火	園田東生涯学習プラザ	⑤
			ハーティ21	④
	31	木	小田南生涯学習プラザ	⑤

▷※1 予約不可。直接会場へ▷※2 乳がん▷※3 胃がん——検診が受けられます。すべての会場で、肺がん検診が受けられます。いずれの追加検診も料金は別途

有料広告欄

※こちらには有料広告を掲載しています

休日急病歯科診療 ID 1002461 閩保健企画課 4869－3010

尼崎口腔衛生センター 6481－3005

診療日時

●日曜・祝日、毎年8月14日・15日 午前10時～正午

●年末年始 午前10時～午後0時30分

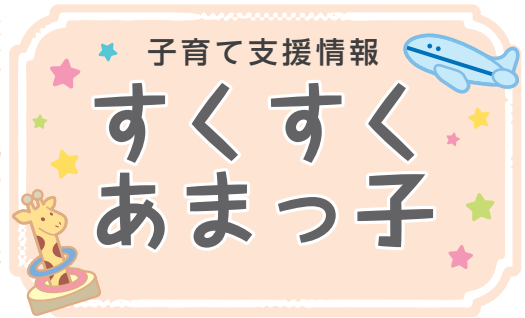
健康情報テレホンサービス 24時間、固定・公衆電話から聞けるテレホンサービス（0120-979-451）を。テーマは曜日により異なります。6月は「月経前症候群」などを。閩兵庫県保険医協会 078-393-1840。

市民健康開発センター 6426-6102 ハーティ21 閩月曜日

時間は教室により異なります。閩成人 閩各20人 料 4400円 申 6月5日から電話か直接同センター。

教室名	開始日	回
ゆったりヨガ	7月5日	4
シェイプヨガ	7月8日	4





児童手当の現況届の提出を1002955

同手当を受けている人で提出が必要な人に、現況届を6月上旬に送付します。6月30日（必着）までに同封の返信用封筒（切手不要）で郵送するか、直接市役所北館2階こども福祉課か各サービスセンター、各地区保健・福祉申請受付窓口（中央・小田除く）、南部福祉相談支援課へ。マイナンバーカードがあればオンライン申請も一部可能です。受給者と児童が別居している場合は、別途書類が必要です。こども福祉課 6489・6386。

親子ふれあい広場

7月8日までの火曜日午前11時～正午、大庄体育館で、

リズム体操やサーキット遊びなどを。対Ⅰ～4歳児と保護者（保護者1人当たり子ども2人まで） 先30組 1組200円 申不要 同園 6419・5373 休月曜日。

すこやかクラブ

毎月平日午前10時～正午、午後1時～4時、地域総合センター上ノ島で、おもちゃ絵本で自由に遊べます。 対 就学前児と保護者 申不要 同センター 6429・7640。第2・4土曜日は開館。

園田地域課から

①絵本の読み聞かせ会 1020210 6月6日（金）7月4日（金）午前10時30分～11時、園田西生涯学習プラザで。 ②そのだ子育てカフェ 1002734 6月23日（月）午前10時～正午、園田東生涯学習プラザで、エプロンシアターや「保育施設の利用について学ぼう」をテーマに講話を。 対15組。

いずれも 対妊婦か就学前児と保護者 申①不要 ②6月5日から電話か直接同課 649

1・2361。

すこやか子育て支援事業

「幼稚園で遊びましょう」 1003156 市立幼稚園の行事などに参加できます。いずれも時間は園により異なります。 対就学前児と保護者 申不要 各園が就学前教育課 4950・5665。

幼稚園										月	日
立花	武庫	園和北	竹谷	長洲	園田	大島	塚口	小園		9	27
火	水	木	金	水	金	水	金	水	金	25	27

女性センターレピエで

①親子でいっしょに絵本とお茶でほっこりタイム 6月10日（火）午前10時30分～11時30分。 対就学前児と保護者 対10組 保護者1人250円。 ②子どもを預けて読書でリラックス 6月25日（水）午前10時～正午。 対1歳以上の就学前児の保護者 対6人。託児あり（対1歳以上の就学前児 対10人 申必要）。

いずれも 申①不要 ②6月11日から電話か直接同センター 6436・6331 休月曜日。

中央図書館から

①としょかんコアラくらぶ 1019281 6月11日（水）25日（水）午前11時～11時30分、同館で、絵本の読み聞かせなどを。 対各10組。 ②絵本・手あそびDEコミュニケーション！ 1010408 7月6月20日（金）午前11時～11時45分、大庄南生涯学習プラザで。 対10組。

いずれも 対①3歳以下 ②2歳以下——の子どもと保護者（②は妊婦とパートナーの参加も可） 申①不要 ②6月5日から専用フォームか直接同館 6481・5244 休月曜日（祝日の場合は火曜日）と6月26日（木）。

ベビースケール

6月14日（土）26日（木）午前10時～午後2時30分、つどいの広場「あみんぐステーション」で、体重測定を。 対6カ月以下の子どもと保護者 申不要 同広場 6435・8320 休月・火曜日。

大庄地域課から

①みんなで人形劇を楽しもう！ 1031606 6月17日（火）午前10時～正午、大島幼稚園で。 対大庄地区在住の就学前児と保護者や家族 対10組。

②大庄子育てサロン 保活つてなに？ 1026751

6月27日（金）午前10時～11時30分、大庄北生涯学習プラザで、「保活」をテーマに交流などを。 対子育て中の人や妊婦と家族 対10組。

③ママ、パパと赤ちゃんの産後ケア 1011481 6月29日（日）午前10時～正午、大庄北生涯学習プラザで、産後ケアと子育てに関する講座を。 対0歳児と保護者 対15組。 いずれも 申6月5日から①電話か直接②③電話かEメール（氏名へふりがな、電話番号、子どもの氏名へふりがな・年（月）齢を書いて）で——同課 6419・8221。

ベビーマッサージ

6月17日（火）28日（土）午前10時15分～11時30分、立花南生涯学習プラザで。 対2～8カ月児と保護者 対各7組 1組1000円、2回目以降は1500円 申6月5日から電話か直接同プラザ 6429・6431 休水曜日。

マタニティストレッチ&おしゃべり会

6月17日（火）午前10時30分～11時30分、武庫東生涯学習プラザで。 対10人 申6月5日から電話か直接同プラザ 64

32・1177。

梅プラザにここひろば

1020336 6月19日（休）午前10時～11時30分、中央北生涯学習プラザで、保育士によるリトミックや「保育所と幼稚園の違い・入園について」をテーマに講話などを。 対2歳以下の子どもと保護者 先30組 申不要 同中央地域課 6482・1760。

絵本の読み聞かせ

6月19日（休）午前10時～11時30分、立花北生涯学習プラザで、手遊びなども。 対就学前児と保護者 先10組 1組500円 申6月5日から電話か直接同プラザ 6422・6741。

おやこリトミック

1040956 6月20日（金）午前10時30分～11時15分、小田南生涯学習プラザで。 対首が据わった0歳～6歳児と保護者 対3組 1組500円 申6月5日から電話か専用フォームでカンタービレ岡村さん 6090・9111・0524。

子育てカフェハローたち

ばな 1023197 6月25日（水）①午前9時45分～10時45分 ②11時～正午、立花北生涯学習プラザで、乳幼

児も使える虫よけスプレーづくりなどを。 対①歩き始める前の子ども ②就学前児——と保護者。 いずれも妊婦とパートナーの参加も可 先各10組 1組500円 申6月11日～20日に電話か専用フォームで立花地域課 6427・7770。

あまっ子いきいきプレ講座

1037260 7月8日（火）24日（木）午前10時～11時30分、子どもの育ち支援センターで、子どもの行動について考え、褒めるポイントなどを学ぶ講座を。 対市

内在住のおおむね3歳以上の就学前児の保護者 先各10組 申6月5日～30日に電話か専用フォームでこども相談支援課 6430・9922。

出前どろっぷす「赤ちゃん交流会」はじめて子育てする方へ

7月9日（水）午前10時～11時、武庫西生涯学習プラザで、交流などを。 対市内在住の2～6カ月の第1子と保護者 対12組。 抽選時に優先枠あり 申6月18日～25日に電話か専用フォームで武庫地域課 6431・7884。

休日夜間急病診療所の小児科の診療受け付けは午後11時30分まで 1002452 園保健企画課 64869 — 3010

午前0時～6時、子どもの体調が悪く、医療機関に連れて行くか迷うときは あまがさき小児救急相談ダイヤル 6436 — 9900 看護師がアドバイスをします。相談内容により、受診が必要と判断された場合は、医療機関で診察を受けることができます

午前0時までの相談はこちらのご利用を 尼崎市小児救急医療電話相談 6436 — 9988 ●平日 午後9時～午前0時 ●土・日曜日、祝日、年末年始 午後4時～午前0時

南北保健福祉センターから 問 北部保健福祉センター北部地域保健課 4950 — 0637、南部保健福祉センター南部地域保健課 6415 — 6342				
	日程	時間	会場	対象・申し込み方法など
親子で楽しむ離乳食講習会 1012060	6月20日（金）・7月2日（水）	午前10時～11時30分	北部保健福祉センター	対市内在住のおおむね4～9カ月児と保護者 先各18組 申6月5日から電話か専用フォームで北部地域保健課
	6月25日（水）	午前10時～11時30分	南部保健福祉センター	対市内在住のおおむね4～9カ月児と保護者 先10組 申6月5日から電話か専用フォームで南部地域保健課
1歳からのむし歯予防教室 1009294	6月25日（水）	午前10時～11時	北部保健福祉センター	対市内在住の1歳以上の就学前児と保護者 先10組 申6月5日から電話か直接北部地域保健課
	7月14日（月）	午後2時～3時	南部保健福祉センター	対市内在住の1歳以上の就学前児と保護者 先10組 申6月5日～7月11日に電話か直接南部地域保健課
♥子どものイヤイヤなんて？ 知ろう！ 学ぼう！ 1039516	7月4日（金）	午前10時～11時30分	南部保健福祉センター	対市内在住の1歳6カ月～3歳児の保護者 先15人 申6月5日～7月1日に電話で南部地域保健課
	7月11日（金）	午前10時～11時30分	北部保健福祉センター	対市内在住の1歳6カ月～3歳児の保護者 先15人 申6月11日～7月8日に電話で北部地域保健課
体験型 心と体を育む幼児食講座 1歳からのすくすく育つ子どもごはん 1038539	7月10日（水）	午前10時～11時30分	南部保健福祉センター	対市内在住の1～2歳児と保護者 先10組 申6月5日から電話か専用フォームで南部地域保健課
休日版 オンラインマタニティセミナー すくすくベビーコース 1010123	7月13日（日）	午前10時～11時30分	Zoom	対市内在住の妊婦。パートナーの参加も可 先20組 申6月9日～7月8日に専用フォームで北部地域保健課
0歳の歯みがきデビュー応援教室！ オンライン 1028192	7月22日（火）	午後2時～3時	Zoom	対市内在住の0歳児の保護者 先10組 申6月5日～7月17日にEメール（住所、氏名、電話番号、子どもの氏名・生年月日を書いて）で南部地域保健課

すこやかプラザで 問 同プラザ 6418 — 3463 休 水曜日				
	日程	時間	対象・申し込み方法など	
ツイズ親子広場	6月16日（月）	午前10時～11時30分	対就学前の多胎児と家族か、多胎児を妊娠中の人 先15組 申不要	
ぴよぴよタイム	6月16日（月）	午後1時30分～3時	対8カ月以下の子どもと母親 先25組 申不要	
わいわい育児トークング	6月27日（金）	午前10時～11時	「上の子への接し方」をテーマに。 対就学前児の保護者。子どもの同伴も可 先10組 申6月7日から電話か同プラザのホームページの専用フォームで同プラザ	
パパとふれあい広場	6月29日（日）	午前10時～11時30分	対就学前児と男性保護者 先25組 申不要	
ようこそ！ プレママ&パパ	7月21日（月）	午後1時30分～3時	対第1子を妊娠中の人とパートナー。妊婦のみの参加も可 抽10組 申6月5日～7月4日に電話か同プラザのホームページの専用フォームで同プラザ	