

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 3月8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 3月5・12・19・26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 3月25日⑩10:30~11:00
対象 子ども~大人
定員 各7人
東灘図書館 ☎858-8773 ㊟858-8776

なかよしキッズ

- 発達ゆっくりにななお子さんを持つ保護者のつどい
日時 3月20日⑩10:00~11:45

- 場所 区役所3階33会議室
- 定員 10人(先着順)
- 区社会福祉協議会
☎841-4131(内線415) ㊟841-7999
✉kosodate1@higashinada-syakyu.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
- 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
東灘うめろぐ

子育てイベント情報発信サイト「ためまっぴ東灘」



3・4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/3月16日⑩~4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	3月20日⑩・30日⑩	9:15~11:00

3月以降の集団健診については、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、市のホームページをご確認ください [神戸市健康診査 | 検索](#)
- * 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。

内容	日程	時間
①健康・栄養相談【予約制・無料】	3月14日⑩・4月11日⑩	9:00~10:30
②ひきこもり相談会【予約制・無料】	3月13日⑩・27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区保健担当 ☎841-4131(内465) ㊟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461・462) ㊟811-3769

第50回東灘うはらまつり 寄付のお願い

1971年より続く「東灘うはらまつり」ですが、新型コロナウイルス感染症による3年間の休止を経て、2023年5月27日⑩に節目となる50回目の開催をさせていただくこととなりました。

しかしながら、昨今の厳しい経済状況の中、当協賛会でも運営費用の確保に鋭意努力をしておりますが、大変苦慮しているところがございます。

区民の皆さまが憩いのひと時を過ごせるよう精一杯努めてまいりますので、格別のご協力を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

募集対象 個人の皆さま及び団体、法人の皆さま

振込先 三井住友銀行 住吉支店 普通 1249324
神戸まつり東灘区協賛会(コウベマツリヒガシナダクキョウサンカイ)

振込期限 3月23日⑩

- ※恐れ入りますが、寄付方法は振込のみとさせていただきます
- ※寄付金額の指定はございません
- ※協賛会は法人格を有しない団体のため、免税措置はございません
- ※1万円以上寄付いただいた方は、うはらまつりホームページにカタカナでお名前を掲載いたします。漢字でのお名前掲載ご希望もしくは掲載不要の方はお手数ですが、下記までお知らせください
- ※団体、法人の方は別途「広告協賛」がございます。詳しくは下記までご連絡ください

問 神戸まつり東灘区協賛会(区まちづくり課内)
☎841-4131(内線221) ㊟811-4901 ✉j-machika@office.city.kobe.lg.jp

EAT LOCAL KOBE FARMERS MARKETが東灘区にやってきます!

「食都神戸」推進の一環として、「生産者と消費者を継続的につなぐ」ことをコンセプトに、2015年から始まったファーマーズマーケット。3月は阪急御影駅南側の弓弦羽神社で開催します。神戸市内を中心とした旬の食材、神戸産の野菜等を使用した朝ごはん、農家と物販・飲食店がコラボした商品などが楽しめます。

日時 3月4・11・18日⑩10:00~13:00 ※雨天決行・荒天中止

場所 弓弦羽神社(御影郡家2丁目9-27)

問 市総合コールセンター



保久良夢ひろば 春のこぶしまつり

日時 3月25日⑩10:00~12:00 ※雨天中止

場所 保久良夢ひろば(本山町田辺地先)
阪急岡本駅から北へ徒歩約30分

内容 春の保久良夢ひろばで、思い切り遊ぼう♪ほくらパワースポットミニツアーや楽しいクラフトづくりなどをします!(予定)

※山で活動できる服装でお越しください
※小さなお子様は保護者の同伴をお願いします
※飲み物は各自でご用意ください

問 市総合コールセンター



詳しくはこちら→

手づくり商品の販売会「まんまるケっぺいPlus(プラス)」開催

区内の障がいのある人たちが働く事業所で作られた商品を販売します。今回は屋外での販売会となり、普段より多くの事業所が出店しますので、小物やお菓子などいろんな商品が盛りだくさんです!!

障がいについて知っていただくコーナーもあり、お子様も楽しめますよ!皆さん、ぜひお越しください。

日時 3月4日⑩10:00~16:00

場所 御影クラッセ1階広場

問 うおざき障害者相談支援センター ☎451-3760 ㊟451-3761



『メ切本』

左右社編集部編/著 左右社/出版
ISBN:9784865281538

メ切(締切)。この言葉に悩まされた人は多いと思います。宿題、レポート、企画書・・・時に「間に合わないかもしれない」と私達を追い込むメ切ですが、私達以上に苦しめられてきたのが作家ではないでしょうか。この本には作家たちのメ切エピソードが収録されています。読めばメ切が怖くなくなるかも?

どうしても書けぬ。あやまりに文芸春秋社へ
遅れそうにメ切本
押切 勇気
なぜか
勇気が
わいてくる

東灘図書館に聞いた!今月のおすすめの一冊