くらしの情報ガイド ア・ラ・カルト

お知らせ

◆ラポルテ市民サービスコーナー

日月～金曜日・10時～19時（土・日・祝日は10時～17時）※６月の休業日は11日・18日（本）
内住民票・印鑑証明書等の交付（税関係証明書の一部）※印鑑証明は印鑑登録証が必要。※本人以外からの交付には委任状が必要な場合があります。（市民課含む） 問ラポルテ市民サービスコーナー（☎31-3130）

◆お困りです課の相談

問お困りです課（☎38-5401）
【土地家屋調査士による登記相談】
日６月２日（火）13時～16時 所市民相談室
内土地の境界問題・分筆合筆や登記相談
申12時45分～15時30分南館玄関受付へ
【公正証書相談】
日６月９日（火）13時～16時 所市民相談室 内遺言書等公正証書の相談 申12時45分～15時30分南館玄関受付へ
【不動産相談】
日６月16日（火）13時～16時 所市民相談室 内不動産の取引・契約に関する相談
申12時45分～15時30分南館玄関受付へ
【行政相談】
日６月17日（水）13時～16時 所お困りです課 内国や県への意見・要望 申12時45分～15時30分お困りです課へ
【税務相談】
日毎週月曜日13時～16時 所市民相談室
内相続贈与ほか税に関する相談 申12時45分～15時30分南館玄関受付へ
【相談①家事②弁護士③司法書士】
日①毎週水曜日②毎週木曜日③毎週金曜日／13時～16時〈要予約〉 所市民相談室
内①離婚・相続等②日常生活上の法律問題等③登記・多重債務等 申希望する週の月曜日（休日の場合翌日）９時から電話で上記へ

◆社会保険労務士による無料労働相談

日６月８日（月）13時～16時 内労務・年金・社会保険・労働保険等の相談 所&申&問経済課（☎38-2033）

◆新規学校卒業者求人取扱説明会

日６月９日（火）14時～15時45分 所西宮市立勤労会館ホールほか２会場（別曜日）
内平成28年３月新規学校卒業者採用選考手続きについて 問ハローワーク尼崎・学卒部門（☎06-6428-0062）

◆身体障がい者移動相談

日６月19日（金）９時30分～12時 所尼崎市立身体障害者福祉センター 人身体障害者手帳所持の肢体不自由のかた・障害者総合支援法の対象疾病に該当するかた
問障害福祉課（☎38-2043/FAX38-2178）

催し

◆図書館の催し

所&問図書館（☎31-2301）
【特別整理（蔵書点検等）のお知らせ】
日〈図書館本館〉６月13日～22日〈打出分室〉７日～10日〈大原分室〉１日～４日は、特別整理のため休館・休室します。
【金曜シネサロン】
日６月５日（金）13時30分～ 内「イントレランス」
【こどもおはなしの会・絵本の会】
日６月６日・27日（土）14時～15時 人３歳～小学生中心
【打出分室こどもおはなしの会】
日６月13日（土）15時～15時30分 所打出教育文化センター 人３歳以上（保護者参加可）

◆児童センターの催し

所&問上宮川文化センター（☎22-9229/FAX22-1659/〒659-0061 上宮川町10-5）
【親子フリールーム】
日６月１日・８日・15日・29日（月）／３日・17日（水）14時30分～16時（途中退出可）
内親子で自由遊び 人０～２歳児と保護者・各16組 申当日、時間内に会場へ
【ひよこクラブ】
日６月３日・10日・17日・24日（水）①９時30分～10時30分②10時45分～11時45分
内３日・17日・親子の日/10日・24日・こどもの日 人平成24年４月２日～25年４月１日生まれの幼児と保護者・各16組 申６月２日（火）９時30分から電話で上記へ
【あそびひろば】
日６月４日・11日・18日（木）15時～16時
内親子で自由遊びと手遊び 人満１歳と２歳児（平成25年４月２日～26年４月１日生まれ）と保護者・各16組 申当日５分前から会場で
【おはなしひろば】
日６月10日（水）15時～16時 所遊戯室
内自由遊びと紙芝居 人幼児と保護者・16組 申当日５分前から会場で
【育児サポートルーム】
日６月24日（水）13時30分～16時 内市内の子育てグループに遊戯室を無料開放
申６月１日（月）９時30分から窓口へ
【子育てフリー相談】
日火・金の午前中 内児童厚生員との個人面談 申電話で上記へ

◆和風園の催し

所&申&問和風園（☎23-0485）
【高齢者栄養改善教室】
日６月４日（木）10時～11時30分 内家庭でできる簡単調理・栄養指導 人65歳以上の料理・栄養に興味のあるかた・10人 費300円 持エプロン・三角巾
【いきいき健康体操教室】
日６月５日・19日（金）10時30分～11時30分
内全身体操・リハビリ運動 人65歳以上・各15人 費100円 持お茶・タオル・上靴

◆社会福祉協議会の催し

問社会福祉協議会（☎32-7525）
【ワンコインサロン】
日①６月12日（金）10時30分～11時30分②26日（金）10時30分～12時 所保健福祉センター（高齢者交流室） 内①認知症予防の香りづくり②川柳を作って笑おう！入門編３人60歳以上・各15人 費100円（別途要材料費） 申６月１日（月）９時から上記へ
【高齢者「会食懇談会」】
日６月25日（木）12時～ 所保健福祉センター（調理室） 人市内70歳以上・先着40人 費500円 申６月１日（月）９時から上記へ
【しょうがい者とのスポーツ交流ひろば】
日６月16日（火）13時30分～15時30分 所保健福祉センター（運動室） 内しょうがい者スポーツ種目の体験 人市内在住・在勤・在学のかた 申&問スポーツ推進課（☎22-7910）または社会福祉協議会（☎32-7530）へ
【ファミサポお役立ち講座】
日①６月18日（木）②７月16日（木）10時～11時30分 所保健福祉センター（団体会議室２） 内布おもちゃを作ろう！魚つりセット 人子育てに関心のあるかた・20人＊託児あり（200円/回・先着10人・６カ月～） 費材料費500円 申&問ファミリー・サポート・センター（☎25-0521）

◆スポーツ推進課の催し

問スポーツ推進課（☎22-7910/FAX22-1633/〒659-0072 川西町15-3）
【スポーツ吹矢体験講習会】
日６月19日（金）18時30分～20時 所体育館・青少年センター 内スポーツ吹矢の体験 人先着40人 師日本スポーツ吹矢協会上級公認指導員 申はがき等に、住所・氏名・性別・年齢・電話番号・ファクス番号を明記の上、６月15日（月）までに上記へ
【少年少女カヌー体験教室】
日７月４日（土）〈前半〉12時15分～14時30分〈後半〉14時45分～17時 所兵庫県立海洋体育館 人市内小学３年生～６年生/前後半・各先着50人 師芦屋市カヌー協会指導者（国体出場選手含む） 持着替え・タオル・滑りにくい靴・飲み物等 申申込用紙またははがき等に、児童氏名・性別・学年・小学校名・保護者氏名・住所・電話番号・ファクス番号・希望する部（前半・後半）を明記の上、６月12日（金）<必着>までに上記へ

◆さわやか教室（介護予防事業）

【保健福祉センター（精道健康塾）】
日６月26日／７月10日・31日／８月28日／９月11日・25日/10月９日（金）・22日（本）<全10回>10時30分～12時※体力測定の２日間含む 内ヨガ 人市在住の65歳以上・40人<要予約>※初参加者優先 持お茶 申右記へ 問精道高齢者生活支援センター（☎34-6711）
【老人福祉会館】
日①７月１日～９月16日<水・全12回>②７月２日～９月24日<木・全12回・８月13日除く>10時～11時30分 内簡単筋力アップ体操・バランス運動・関節可動域改善
人65歳以上・各15人<要予約>※初参加者優先 持お茶・タオル 申６月２日～５日までに右記へ 問アクティブライフ山芦屋（☎25-7100）
【アクティブライフ芦屋】
日７月２日～９月10日<木・全10回>10時～11時30分 内足腰元気！転ばん体操 人65歳以上・12人<要予約>※初参加者優先※申し込み多数の場合抽選 持お茶・タオル・上履き 申６月５日までに右記へ 問アクティブライフ芦屋（☎34-6500）
【セントラルフィットネスクラブ芦屋】
日７月２日～９月24日<木・全12回・８月13日除く>①10時～11時30分②13時～14時30分 内椅子体操ほか①主に座位運動②立位運動あり 人65歳以上・各15人<要予約>※初参加者優先※他施設を含め２期続けての申し込み不可※申し込み多数の場合抽選 持上履き・タオル・お茶等
申６月１日～６日までに電話で下記へ（４日除く） 問セントラルフィットネスクラブ芦屋（☎38-2525・10時～19時）
【介護予防センター】
日①７月６日～９月14日<月・全10回・祝日除く>14時～15時30分②７月７日～９月15日<火・全11回>13時30分～15時 内①心（頭）と身体のつなぎ（コーディネーショントレーニング）②脳を刺激！（コーディネーション運動） 人65歳以上・各15人<要予約>※医師による運動制限のあるかたは不可 持お茶・タオル・上履き
申６月１日～15日までに下記へ※申し込み多数の場合抽選※前期同一教室参加者は申し込み不可※①②同時参加不可 問介護予防センター（☎31-0628）
【さわやか水中ストレッチ】
日①火曜日コース<７月21日～・全11回>②木曜日コース<７月16日～・全11回>③金曜日コース<７月17日～・全11回>９時15分～10時45分 所保健福祉センター（水浴訓練室）
内水浴訓練 人65歳以上・①②③各15人<要予約>※事前説明会<６月15日（月）13時30分～15時・保健福祉センター会議室１・要予約>に要参加 申６月３日～16日（火～土曜日・９時～17時・16日のみ15時まで）に下記へ
問福祉センター水浴訓練室（☎31-0609）

講習・講座

◆総合公園６月の園芸講習会

日&内①６月11日（木）・ガーデニングレッスン〈３〉②17日（水）・花木について（アジサイ・椿・バラなど）③20日（土）・アートフィッシュルグリーンで作るかわいい壁掛け④22日（月）・日陰もステキに葉っぱを楽しむハンギングバスケット⑤27日（土）・ブリザーブドグリーンの苔玉作り/①③⑤10時30分～12時②④13時30分～15時 師①②④佃隆子氏⑤５前田典子氏 費①800円②500円 ③④3,000円 ⑤3,500円 人各20人 持持ち帰り用袋・筆記用具 申 ①６月４日（木）②10日（水）③13日（土）④15日（月）⑤20日（土）の17時までに講座名・住所・氏名・電話番号を電話・ファクス・Ｅメールで下記へ 問総合公園（☎38-2103/FAX 25-2026/✉muesaka@mizuno.co.jp）

◆普通救命講習

日６月27日（土）９時30分～12時30分 所消防庁舎３階多目的ホール 内ＡＥＤ（除細動器）の取り扱い・心肺蘇生法・応急処置等※受講者には「修了証」を交付※グループでの申し込みは随時受け付け 人市在住・在勤・在学のかた・先着20人 師救急救命士・救急隊員 問消防本部救急課（☎32-2345）

寄附

５月８日までの受け入れ分（敬称略）
【芦屋病院取り扱い分】
●グランドピアノ、金澤佳代子
●絵画、茂木美代子
●車いす２台、甲南高等学校・中学校
【社会福祉協議会取り扱い分】
●10,000円、潮見南ボランティア会
ニットカフェ
●10,000円、コープデイズ芦屋福祉サークル
●3,000円、匿名

毎月20日は
「阪神地域ノーマイカーデー」
公共交通機関を利用しましょう

地区集会所（県民交流広場） 問い合わせ 市民参画課 ☎38-2007

大原集会所〈火曜日休館〉☎38-7782（午前中）	【歌声広場】 ■日時 ６月４日（木）・26日（金）午前10時～正午 ■指導 隈本由紀子氏 ■参加費 200円 ＊直接会場へ
前田集会所〈水曜日休館〉☎23-3899（午前中）	【おしゃべり喫茶（市民交流の場）】 ■日時 ６月19日（金）午前10時～正午 ■参加費 200円（コーヒー・お菓子付き） ＊直接会場へ
翠ケ丘集会所〈水曜日休館〉☎22-2475（午前中）	【たわしの輪（ニットカフェ）】 ■日時 ６月４日（木）午前10時～正午 ■指導 児玉氏・上田氏 ■参加費 材料費１個につき50円 ■持ち物 かぎ針６号か７号・アクリル毛糸（あれば） ＊直接会場へ
浜風集会所〈水曜日休館〉☎38-0960（午前中）	【すまいる浜風名画劇場「マイ・フェア・レディ」】 ■日時 ６月９日（火）午後１時～（０時30分開場） ■参加費 300円（飲み物代） ＊直接会場へ
潮見集会所〈月曜日休館〉☎32-4359（午前中）	【ほっとすべ～す潮見 ＤＶＤ鑑賞会「落語・世界の車窓から」】 ■日時 ６月２日（火）午前10時～正午 ■参加費 100円（お茶・お菓子代） ＊直接会場へ

平成27年度 防災記念講演

■日時 ６月12日（金）午後３時30分～５時
■会場 消防庁舎３階多目的ホール
■内容 南海トラフ巨大地震を知ろう そして備えよう～ 過去の教訓をふまえ ～
■定員 50人
■講師 ひょうご防災特別推進員（防災士）・万谷直巳氏

※駐車場・駐輪場はありませんので、最寄りの交通機関をご利用ください。

問い合わせ 消防本部予防課（芦屋防火安全協会事務局）☎38-2098/FAX32-0119

お知らせ

芦屋病院 ☎31-2156

●平成28年度正規職員募集

内看護師 人有資格者（免許取得見込み可） 申&問総務課

●市民ギャラリー

日６月１日～30日 所管理棟４階ギャラリースペース 内浅田廣子「楽しく写真を撮ろう会」 問総務課

●芦屋病院マチネーコンサート

日６月14日（日）14時30分～ 所外来棟４階黄色いピアノ前 内アーリーサマーコンサート 出北山葉子（フルート）・北山幹子（ピアノ） 問総務課

芦屋健康福祉事務所 ☎32-0707

●６月は「エイズ予防月間」

内エイズ患者・ＨＩＶ感染者数が増えています。不安をお持ちのかたは積極的にＨＩＶ検査（匿名・無料）を受けましょう。
問上記（地域保健課）へ

●５月31日～６月６日は「禁煙週間」

内５月31日（日）は、ＷＨＯが定めた「世界禁煙デー」です。県では、「受動喫煙の防止等に関する条例」が平成25年４月から施行され、より一層の受動喫煙防止対策に取り組んでいます。健康的な環境づくりにご協力をお願いします。 問上記（地域保健課）へ

講座・相談

芦屋病院 ☎31-2156

●糖尿病教室

日６月12日（金）13時30分～15時 所病棟２階講堂 内運動療法～雨や暑い季節でも上手に運動～/食事療法～とても大切な水分のお話～ 問栄養管理室

●両親学級

日６月13日（土）10時～12時 内お産の経過・赤ちゃんのお風呂 人妊娠22週以降の妊婦とパートナー・５組 所&問３階東病棟（13時～16時）

保健センター ☎31-1586

●プレ親教室 パパママクラス

日６月20日（土）９時30分～11時30分 内①親と子の絆づくりの心理学②お産の話と妊婦体操③赤ちゃんのタッチケア④妊婦と産後ママの交流 人10カ月未満の赤ちゃんのいるママとパートナー（10組）10時30分～/妊娠24週以降の妊婦とパートナー（20組）９時30分～〈要予約〉 持母子健康手帳・妊婦は運動ができる服装（ズボン等）・ママは赤ちゃん用バスタオル 所&申&問上記へ

●もぐもぐ離乳食教室

日６月22日（月）９時45分～11時30分 所保健福祉センター（調理実習室） 内７～８カ月の離乳食のすすめ方の講話・試食・手遊び 人６～７カ月児（第１子優先）と保護者・20組（要予約） 持母子健康手帳・バスタオル 申&問上記へ

●食事Ｇｏｏｄバランスアップ教室

日６月29日（月）10時～12時 所保健福祉センター（会議室１・調理実習室） 内①「バランスの良い食事についてお弁当箱を使って考えよう！！」講話・グループワーク②バイキング形式の試食（保護者向け） 人１歳６カ月児～就学前のこどもを持つ保護者20人（要予約）※託児あり・１歳以上 持母子健康手帳・筆記用具 申&問上記へ

●アレルギー教室

日７月１日（水）14時～16時 所保健福祉センター（会議室１） 内講義「アレルギーって何？～アトピー性皮膚炎と食物アレルギーなどの基礎知識～」 人30人（要予約）※託児先着10人・１歳以上 師尼崎医療生協病院副院長・冨永弘久医師 持母子健康手帳 申&問上記へ

芦屋健康福祉事務所 ☎32-0707

●アルコール依存症の家族会

日６月12日（金）10時～12時 人アルコール問題で悩んでいる家族 所&問上記（地域保健課）へ

6月・前半 健康カレンダー

※料金の明記がないものは無料
※対象の明記のない場合は、芦屋市民対象
※各がん検診（前立腺がんを除く）は70歳以上免除〈要認印〉市民税非課税世帯に属するかた（事前に保健センターに申し出が必要）は免除

■芦屋病院 ☎31-2156/FAX22-8822（朝日ケ丘町39-1）
■保健センター（保健福祉センター３階）☎31-1586/FAX31-1018（呉川町14-9）
■芦屋健康福祉事務所（芦屋保健所）☎32-0707/FAX38-1340（公光町1-23）

事業名		日時〈会場〉	対象・費用・その他	問い合わせ
子育て関係				
健康診査	４カ月児健康診査	９日（火）12時45分～13時45分	平成27年２月１日～15日生まれ	保健センター
	10カ月児健康診査	市内実施医療機関	平成26年８月生まれ	
	１歳６カ月児健康診査	11日（木）12時45分～14時	平成25年11月22日～12月10日生まれ	
	３歳児健康診査	４日（木）12時45分～14時	平成24年５月１日～15日生まれ	
	アレルギー健診	19日（金）13時～14時	アレルギーが心配な小児を対象に医師による健診【要予約】	
相談	アレルギー相談	１日（月）９時30分～11時	食物アレルギーが心配な乳幼児の食事相談やスキンケアの方法等 【要予約】	
	育児相談	３日（水）９時30分～10時30分	乳児の身体測定・子育て相談等/母子健康手帳持参	
	母子栄養相談	２日（火）９時30分～11時	妊娠中の栄養・離乳食・幼児食に関する相談 【要予約】	
	こどもの相談	16日（火）13時30分～16時	就学前児の発達など/臨床心理士の相談 【要予約】	
	歯の無料相談・健診	３日（水）13時～14時45分<歯科センター>	子ども対象	
予防・健康づくり				
がん検診	肺がん検診	10日（水）13時～13時30分	40歳以上/かく痰検査（希望者900円）/65歳以上結核検診を含む/年１回 【要予約】	保健センター
	胃がん検診	６月以降の予約受け付け中	35歳以上（血縁者に胃がんのかたがいれば30歳以上）胃Ｘ線直接撮影/年１回（2,500円） 【要予約】	
	前立腺がん検診	４日（木）11時～11時30分	50歳以上の男性/ＰＳＡ検査（1,000円） 【要予約】	
検（健）診・相談・その他	肝炎ウイルス検診	４日（木）11時～11時30分	40歳以上/未受診者（1,000円） 【要予約】	
	骨粗しょう症検診	23日（火）９時30分～10時	20歳以上/超音波法（1,000円） 【要予約】	
	歯の無料相談・健診	３日（水）13時～14時45分<歯科センター>	成人対象/40歳以上のかたのみ歯周疾患検診あり	
	健康相談	４日（木）午後	成人対象/医師による相談 【要予約】	
	栄養相談	２日（火）９時30分～11時	管理栄養士による生活習慣病予防の食事相談等 【要予約】	
	ＨＩＶ・肝炎・梅毒検査	12日・26日（金）13時30分～14時	匿名検査 【要予約】	芦屋健康福祉事務所※市外のかたも予約可
	こころのケア相談	９日（火）13時～14時30分	専門医によるこころの病気の相談 【要予約】	
	専門栄養相談	23日（火）10時～12時	難病・障がいのあるかたなどの栄養相談【要予約】	

平成27年度 歯と口の健康週間 ６月４日～10日

「おくりたい 未来の自分に きれいな歯」

食べることは、命を支える大切なこと。食べるためには、「歯」は欠くことのできないものです。しっかりかむことで、唾液の分泌も促され、胃や腸での食べ物の消化・吸収もよくなります。「8020運動」が推進されており、20本以上の歯があれば、ほとんどの食べ物をかみくだくことができ、お食事が楽しく味わえます。

◇歯周疾患検診

歯周病とは、歯と歯を支える組織（歯周組織）におけるさまざまな病態の総称です。わが国では、中高年の８割以上がこの歯周病にかかっています。歯周病は、痛みなど自覚症状がほとんどないため、気づかないうちに悪化します。歯周病の予防のため歯周疾患検診をうけましょう。（日程は、健康カレンダーの歯の無料相談・健診日と同日です。）

◇妊婦歯科健康診査

妊娠するとつわりや、ホルモンの変化などにより歯ぐきから出血したり、むし歯になりやすくなります。妊婦さんがより受診しやすいように４月から妊婦歯科健康診査を市内実施医療機関でも妊娠中に１回無料で受診できるようになりました。対象のかたには、受診券をお渡ししています。（予約制）
妊婦歯科健康診査を受けて安心して出産を迎えましょう。

◇歯の供養

■日時 ６月６日（土）午後２時～３時 ■会場 芦屋霊園内・歯の供養塚 ■持ち物 抜けた歯、不要になった義歯等を持参

◇歯の無料健診と相談

■日時 ６月４日～10日 ■会場 芦屋市歯科医師会の会員各診療所 ■対象 市内在住のかた ■申し込み 会員各診療所〈要予約〉※各診療所の休診日除く

問い合わせ 保健センター ☎31-1586/FAX31-1018

■日曜・祝日救急当番医

＊事前に、各医療機関へお問い合わせください

●夜間在宅輪番 ＊金曜日・20時～23時
（ ）内は診療科目

６/５	南芦屋浜病院（外・内）	☎22-4040
６/12	鈴木小児科（小）	☎34-0766
６/19	林整形外科外科医院（整外）	☎32-8880
６/26	大森医院（内）	☎32-3997
７/３	吉龍医院（外・内）	☎32-2855

＊金曜日23時～翌朝７時/金曜日以外の20時～翌朝７時 南芦屋浜病院（☎22-4040）

●内科・小児科（日曜・祝日、９時～17時）
休日応急診療所 ☎21-2782（公光町5-13）
●救急指定病院
芦屋病院＜内＞ ☎31-2156
南芦屋浜病院＜外・内＞ ☎22-4040
芦屋セントマリア病院＜外・内＞ ☎23-1771
●耳鼻咽喉科の急病診療
〈日曜・祝日９時～16時/土曜18時～20時30分〉
尼崎医療センター ☎06-6436-8701
●眼科の急病診療
〈日曜・祝日９時～16時〉
尼崎医療センター ☎06-6436-8701（尼崎市水堂町3-15-20）

歯の応急診療

■受付時間 日曜・祝日・年末年始の午前９時～11時30分
■受診場所 歯科センター（呉川町14-9 保健福祉センター１階）
問い合わせ 歯科センター ☎31-0658