



## 「いま元気だから」って 思っていないませんか？



体の異常は、見た目だけではわかりません。けんしんで、隠れた疾患を見つけましょう

## 「まさか、私が」



病気と知った時、誰もがそう言います

## もし、あなたが倒れたら



家族や大切な人はどうなりますか？

# 今年のけんしん、もう受けた？

## 年に1回の受診で



### 一生ものの健康を

定期的に受けることが大切です。毎年1回、受診しましょう

## コロナ禍でも



### けんしんは受けよう

感染対策の上、実施しています。過剰に受診を控える必要はありません

## 多くの病は治せます



病の多くは発見が早いほど、治る確率が高くなります

健診結果等に応じて、専門職による保健指導等を受けることができます。安心して受診してください

## 早く見つければ

年度末まで受診できますが、1月～3月は非常に混み合い、希望日時で受診できない場合があります。早めの受診をオススメします



## 40歳～74歳のあなたは 特定健診

(国民健康保険特定健康診査)

※国民健康保険以外の健康保険の加入者は、加入先の健康保険に問合せを



受診券は対象者に送付済！



## 75歳以上のあなたは 長寿健診

(長寿(後期高齢者)健康診査)

※一定の障害があると認定された、65歳以上の後期高齢者医療制度加入者も対象

- メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健診です
- メタボは糖尿病、脳卒中等、深刻な生活習慣病のリスクを高めます
- 生活習慣病のリスクが見つかった人は、保健指導を受けられます

問 国民健康保険課(0798・35・3115)

- 介護予防や疾病の早期発見を目的にした健診です
- 「診察」と「健診」は別物です。診察を受けている人も、健診受診の検討を
- 健診結果に応じて、必要な人には個別支援(保健指導等)も行います

問 高齢者医療保険課(0798・35・3994)

## 自己負担額は

¥ 0

(特定健診、長寿健診のみの場合)

他のけんしんも、市から補助が出るため格安で受診できます

## 所要時間は

約 60分

(特定健診、長寿健診のみの場合)

混雑具合や検査項目によりですが、長くても2時間程度が目安です

## 申込はかんたん！

### ① 会場を選ぶ

会場は **委託医療機関** か、**集団健(検)診会場** のどちらかです



会場の詳細はこちら

(HP) 98336095

### ② 選んだ会場の予約先に電話する

委託医療機関によっては予約不要の場合もありますが、直接行く前に、実施状況等の確認をお願いします

この他にも、がん検診を上記健診と併せて受診することもできます。現在受付中の集団健(検)診は本紙4面に掲載！▶▶▶

# 後期高齢者医療制度のお知らせ

9月  
月上旬

## 有効期間「10/1～来年7/31」の 被保険者証を送付

⚠️ 現在交付している被保険者証の有効期限は9月末まで

※対象者に交付している「限度額適用・標準負担額減額認定証」「限度額適用認定証」の有効期限は来年7月末です。期限まで、引き続き使用してください

問 高齢者医療保険課 (0798・35・3192)

## 10/1～ 医療機関の一部負担金

### 現行の「1割」「3割」に加え「2割」が追加

10月からの制度改正により一部負担金が見直され、現在「1割」の人のうち、一定以上の所得がある人が「2割」になります。

10月からの負担割合は9月上旬に送付の被保険者証で確認してください。

問 ▶ 厚生労働省コールセンター (0120・002・719)

…月曜～土曜(祝・休日を除く)の9:00～18:00

▶ 県後期高齢者医療広域連合コールセンター (078・326・2021)

…月曜～金曜(祝・休日を除く)の9:00～17:00

来年4月  
採用

# 市職員を募集

・事務D(有資格者)  
・医療職

市は、来年4月採用の職員を募集します。定員は各若干名。募集要項は、8月25日から市のホームページで入手できます。

※①②1次試験…10月2日(日)、③筆記・面接試験…10月9日(日)

【申込】8月25日～9月20日に同ホームページから ※紙での申込不可

職種	対象者 ※学歴は問いません	基本給月額	HP
① 事務D ※有資格者	社会福祉 平成2年(1990年)4月2日以降に出生した社会福祉士資格または精神保健福祉士資格取得者	21万5740円 (22歳大学卒)	90611179
	法務 平成2年(1990年)4月2日以降に出生した司法書士試験または司法試験合格者		
② 医療職	心理療法師 昭和63年(1988年)4月2日以降に出生した人で、次のいずれかの要件を満たす人 ▷学校教育法による大学院で臨床心理学に関する専門課程を修了した人 ▷臨床心理士認定資格取得者 ▷公認心理師認定資格取得者	23万7705円 ～ 30万2565円	18148014
	言語聴覚士 昭和63年(1988年)4月2日以降に出生した言語聴覚士免許取得者または来年3月末までに取得見込みの人		
③ 医療職	獣医師 昭和62年(1987年)4月2日以降に出生した獣医師免許取得者または来年3月末までに取得見込みの人	21万6545円～ 30万2565円	58060153
	獣医師 昭和62年(1987年)4月2日以降に出生した獣医師免許取得者または来年3月末までに取得見込みの人		

※基本給月額は令和4年(2022年)4月1日現在の額。経歴、給与改定などにより異なる場合あり。また、別途諸手当あり

問 人事課 (0798・35・3549)



## 子育て中の皆さんを支援するため

(HP) 89722415

# 地域子育て支援事業を実施しています

子育て  
相談

園庭  
開放

体験  
保育

など

新型コロナウイルス感染症の影響により、園庭開放や体験保育の実施を見合わせている場合があります。詳しくは各保育所等にご確認ください

## 私立保育所・幼保連携型認定こども園 一覧

各保育所等の開所時間に合わせて、電話で子育て相談を随時実施

※市外局番のないものは<<0798>>

施設名	所在地	電話番号	施設名	所在地	電話番号	施設名	所在地	電話番号
幸和園	中須佐町3-36	36・4850	夙川宝 プリスクール	鷲林寺2丁目3-2	72・7234	やまと保育園	大屋町28-8	67・4089
南幸和園	池田町9-6NKビル	22・3669	ゆめっこ保育園	石在町16-25	35・2758	コペル保育園	上鳴尾町3-11	49・8777
一麦保育園	高木東町30-3	67・2775	ゆめっこ わかば保育園	久保町9-25	33・1616	ニコニコ桜今津灯 保育園	今津水波町9-8	22・0034
月影保育所	広田町6-30	72・5731	ニコニコ桜保育園	南郷町8-12	75・0024	ニコニコ桜今津灯 保育園分園	今津水波町8-28	22・0034
パドマ・ ナーサリースクール	高須町2丁目1-47	48・5700	ニコニコ桜夙水園	結善町1-28	75・0024	日野ひかりの森 こども園	日野町18-43	67・3131
マーヤこども園	末広町1-3	36・3220	西宮夢	南甲子園1丁目10-15	45・9614	西宮北口 こどもの園	高松町5-19	64・0800
船坂保育園	山口町船坂572	078-904-3773	西北夢	長田町4-8	65・9614	大社幸和園	柳本町9-25	73・5570
やまよし Kids garden	山口町下山口4丁目 7-31	078-904-0757	つばみの子保育園	林田町8-42	66・6670	越水幸和園	越水町7-7	74・5888
名塩保育園	名塩1丁目20-15	0797-61-0754	めばえの子保育園	市庭町9-12	22・1666	高須の森	高須町1丁目1-20	45・5750
聖和乳幼児 保育センター	門戸西町1-46	53・2656	武庫川女子大学 附属保育園	鳴尾町4丁目14-29	44・3025	夙川あすなる 保育園	松園町10-21	32・8811
甲子園子ども学舎	甲子園浦風町9-5	45・2232	かえで保育園	浜町2-11	32・2713	上甲子園保育園	上甲子園5丁目4-1	32・0234
段上保育園	段上町2丁目10-19	52・7979	きりん園	段上町8丁目9-13	57・3789	西宮本町 つぎの保育園	本町11-15	34・1123
ちどり保育園	今津真砂町1-5	41・2510	善照マイトレーヤ 認定こども園	郷免町1-12	26・1765	鈴ノ音つばさ保育園	松籟荘2-7	51・0283
なぎさ保育園	西宮浜4丁目13-3	33・6920	西宮つとがわ YMCA保育園	津門川町2-14	26・1016	西宮さんしょ保育園	産所町9-10	61・5767
新甲東保育園	門戸東町3-15	57・5235	のぞみ夢	樋之池町4-21	71・9614	生瀬ぼぼこども園	生瀬町2丁目3-16	0797-91-2360
なでしこ保育園	荒木町16-37	66・7678	夙川夢	北名次町15-27	73・9614	夙川学院ソレイユ 認定こども園	神園町2-20	74・6455
安井保育園	安井町4-15	34・6677	つばみ夢	南越木岩町10-15-2F	74・9614	スター保育園	荒戎町6-19	26・4152
夙川さくらんぼ保育園	羽衣町7-30-208	31・6155	まつぼっくり保育園	甲子園口6丁目1-36	68・1010	樋之池保育園	樋之池町21-8	78・3164
西宮YMCA保育園	神楽町5-23	35・5992	西宮セリジェ保育園	戸崎町4-12	39・7863	浜甲子園2丁目 保育園	浜甲子園2丁目8-11	31・2990
あんず保育園	甲東園2丁目6-5	53・7512	マザーシップ 西宮北口こども園	中島町17-16	81・3715	りんりん保育園 屋敷町	屋敷町2-6	35・7779
ひかり保育園	上大市4丁目12-3	52・9081	日野の森こども園	日野町18-71	64・7560	りんりん保育園 南昭和町	南昭和町1-11	68・5550
みどり園保育所	今津山中町12-28	22・1376	西北セリジェ保育園	高畑町1-47	64・5514			
みどり園保育所 あやは	津門綾羽町6-10	42・7091	夙川さくら保育園	千歳町4-19	23・1211			
東山ぼぼこども園	東山台1丁目106-2	0797-63-1332	安井ゆりの花 保育園	平松町7-28	38・0738			
東山ぼぼこども園 分園	東山台1丁目11-1	0797-91-2242						

## 市立保育所 一覧

園庭を開放し、遊ぶことができる「スマイルあそぼう会」や、乳幼児の生活や遊び・子育てに関する電話相談「スマイル子育て相談」を実施

スマイルあそぼう会…園庭開放日(週1回。祝・休日を除く)の正午～午後2時。多数の場合入場制限あり

スマイル子育て相談…月曜～金曜(祝・休日を除く)の午前10時～午後4時

施設名	所在地	電話番号	開放日	施設名	所在地	電話番号	開放日	施設名	所在地	電話番号	開放日
朝日愛児館	与古道町4-31	22・6901	月	瓦木北	大屋町13-8	67・4050	火	今津南	今津出在家町10-6	23・5011	火
小松朝日	小松北町1丁目7-9	41・0618	水	今津文協	今津水波町11-26	22・3320	水	上之町	上之町24-44	64・0053	木
建石	川添町10-3	22・4468	月	鳴尾東	上田東町4-120	47・3062	火	鳴尾北	戸崎町1-70	65・1022	木
鳴尾	笠屋町19-1	41・0754	水	浜脇	浜脇町3-13	35・2358	月	高須東	高須町1丁目1-39	49・5643	金
芦原	神明町7-18	67・3577	木	津門	津門呉羽町9-29	35・6204	火	大社	神垣町7-32	73・4703	月
学文殿	学文殿町1丁目6-22	41・1083	火	瓦木みのり	甲子園口5丁目15-4	65・4400	火	高須西	高須町2丁目1-46	48・2840	木
用海	石在町10-22	33・0757	月	甲東北	仁川町4丁目3-10	52・8412	火	芦原むつみ	芦原町7-7	66・0505	水
浜甲子園	枝川町17-43	41・0086	金	北夙川	南越木岩町8-8	72・3711	金				

※市外局番のないものは<<0798>>

65歳以上  
対象

## 特殊詐欺等対策電話機等の 購入費用を助成

市は、特殊詐欺被害を防止するため、65歳以上の人や65歳以上の人と同一世帯を対象に、特殊詐欺対策電話機などの購入費の一部を補助します。詳しくは市のホームページでご確認ください。

対象者	次の全てを満たす人▶市内に住居登録があり、居住している▶申請時に65歳以上の人、またはその人と同一世帯▶市税の滞納がない▶市や警察から特殊詐欺対策電話機などの貸与を受けていない▶同一世帯で当該補助金の交付を受けていない
対象機器	4月以降に購入した「着信前自動警告機能、自動録音機能の両機能がある固定電話機または外付け録音機」※留守番電話機能のみの機種は対象外
補助金額	▶固定電話機…購入費用の2/3(上限8000円) ▶外付け録音機…購入費用の2/3(上限4000円) ※1世帯1台。ポイント等での支払い分は対象外
申込	①レシートや領収書など機器の購入が分かるものの写し、②機器の機能が分かるもの、③申請者本人の振込先口座・名義人が分かる通帳の写しなど、④住所・氏名・生年月日が確認できる本人確認書類を地域防犯課(〒662-8567六湛寺町10-3)へ郵送 ※受付は来年1月31日(必着)まで(または予算が無くなり次第終了)

問 地域防犯課(0798・35・3474) (HP) 80705140

申込期間  
9/5~15

## 市営住宅の入居者募集

市は、普通市営住宅の入居者を募集します。申込資格など詳しくは、9月5日から配布する申込案内書(※)をご覧ください。

なお、今回の募集は来年1月の予定です。

(※) 配布場所は、西宮市営住宅管理センター(六湛寺町9-8)、住宅入居・家賃課(市役所南館3階)、市役所本庁舎1階総合案内所横、各支所・市民サービスセンター・分室、アクタ西宮ステーション、若竹生活文化会館

普通市営住宅 計45戸(高齢・障害者等の一部優先枠あり)
西宮浜4丁目(うちシルバー住戸1戸)、樋ノ口町2丁目(シルバー住戸1戸)、甲子園九番町、獅子ケ口町、六軒町、東町1・2丁目、今津久寿川町、今津巽町、東鳴尾町1丁目、高須町1丁目、甲子園口6丁目、上ヶ原七・十番町、樋ノ口町1丁目、田近野町、中殿町、泉町、神原

申込 申込案内書に添付している申込書(1世帯1通)を西宮市営住宅管理センターへ郵送(9月15日までの消印があり、かつ20日までの必着分が有効)を。重複申込無効

問 西宮市営住宅管理センター(0798・35・5028)

9/19・23

## 墓参バスの利用者募集

市と阪急バスは、9月19日(月・祝)・23日(金・祝)に運行する白水峡公園墓地行き墓参バスの利用者を募集します。なお、両日ともに、中央園地西側駐車場内に臨時香花店が出店します(時間は午前9時~午後4時)。

【料金】片道650円(小学生以下330円) 【定員】各日50人程度。多数の場合人数調整

【申込】往復ハガキに住所、氏名、電話番号、希望日(第2希望も)、人数、乗車場所(右表★のいずれか)、下車場所(右表☆のいずれか)を書き、9月5日(消印有効)までに斎園管理課(〒662-8567六湛寺町10-3)へ ※通知は9月13日頃発送

▶さくらやまなみバスでも白水峡公園墓地へ行くことができます

下車場所は白水峡墓園前(十八丁橋)停留所。なお、バスは墓地内には入りませんのでご注意ください。問合せは交通政策課(0798・35・3527)へ

問 斎園管理課(0798・35・3306)

時間(午前)	運行経路
8時20分	阪急西宮北口駅南広場(★)バスターミナル出発
8時30分	JR西宮駅北側(★)
8時40分	市役所本庁舎前(★)
9時20分	白水峡公園墓地前
9時25分	墓地前から中央園地西側駐車場へ出発
10時40分	中央園地西側駐車場(☆)出発
10時45分	白水峡公園墓地前(☆)出発
11時40分頃	阪急西宮北口駅着

※帰りは行きと反対の経路となります

申込▶9/30~

来年4月入園

## 幼稚園の園児募集

※市立幼稚園は10/3~

○市立幼稚園 学事課(0798・35・3850)

問 ○私立幼稚園 各園 = 下記参照

○幼児教育・保育の無償化について 保育入所課(0798・35・3160)

市立幼稚園と市内の私立幼稚園(新制度に移行した私立幼稚園を含む)・認定

こども園(幼稚園としての利用に限る)は、来年(2023年)4月の入園申込を受け付けます ※市外局番のないものは<<0798>>

### 市立幼稚園

対象 平成29年(2017年)4月2日~31年(2019年)4月1日出生の市内に住居登録のある幼児

申込 10月3日~6日の午後2時~4時に、入園を希望する幼稚園で。多数の場合抽選

※10月6日までの応募状況を各園で掲示

願書の配布 9月1日から。月曜~金曜(祝日を除く)の午後2時~4時に各園で配布

#### 保育料等

幼児教育・保育の無償化により、保育料(利用者負担額)の支払は無し。ただし、教材費や副食費(おやつ・牛乳等)などは無償化の対象外

園名	所在地	電話番号	定員(※1)(※3)	
			4歳児	5歳児
浜脇	宮前町8-22	33・0835	30	70
夙川	松ヶ丘町9-23	72・2951	30	70
越木岩	美作町6-10	72・4499	30	70
大社	柳本町1-8	74・4051	30(※2)	70
付属 あおぞら	津田町3-40 (子育て総合センター内)	35・8086	30	70
上ヶ原	上ヶ原三番町6-27	51・2700	30	70
門戸	門戸東町3-25	52・5447	30	70
高木	伏原町3-40	65・0055	30	70
春風	今津野町2-6	26・6152	30	70
南甲子園	南甲子園3丁目2-24	46・1608	30	35
鳴尾東	笠屋町30-47	41・4542	30	70
山口	山口町下山口4丁目1-5	078・904・3707	30	70
生瀬	生瀬町2丁目26-24	0797・84・9464	30	35

(※1)5歳児の定員は、今年度4歳児からの進級組を含む

(※2)大社は、多様な教育的ニーズに対応するため、4歳児の応募状況によっては受け入れ人数の調整を行う場合あり

(※3)保育所等待機児童の多いエリアの市立幼稚園(夙川・越木岩・高木幼稚園)で、上記4歳児募集定員とは別に、保育を必要とする小規模保育施設卒園児の受け入れを開始しています

### 新制度に移行した私立幼稚園・認定こども園

申込 9月30日から受付(詳しくは各園に問合せを)

※認定こども園を保育所として利用する場合は市に申込

#### 保育料等

幼児教育・保育の無償化により、保育料(利用者負担額)の支払は無し。ただし、教材費、通園バス代等は無償化の対象外。詳しくは市のホームページ(HP)72904974)を確認を

類型	園名	所在地	電話番号
幼稚園	くるみ	仁川町5丁目6-49	51・0638
	甲子園口(※)	甲子園口4丁目22-9	67・4666
	甲子園東	甲子園四番町4-32	41・1735
	甲子園二葉	甲子園三保町6-10	41・0278
	すずらん	甲風園2丁目4-15	65・1166
	仁川	上甲東園2丁目4-43	51・0751
	西宮教会こひつじ(※)	津門呉羽町7-36	23・1950
	西宮公同	南昭和町10-22	67・4691
	花園	上鳴尾町19-19	47・2214
	広田	広田町11-27	72・2952
みそら	若松町1-1	72・1388	

(※)甲子園口幼稚園・西宮教会こひつじ幼稚園は、来年度から新制度の幼稚園へ移行する予定

類型	園名	所在地	電話番号
認定こども園	いるか	西宮浜4丁目13-2	32・1089
	上甲子園	甲子園口2丁目16-31	67・1733
	甲東	甲東園1丁目2-15	53・6740
	香榎園(※)	上葭原町3-31	22・8522
	幸	北六甲台1丁目23-10	078・903・1551
	夙川学院ソレイユ	神園町2-20	74・6455
	むこがわ	松並町9-4	67・3002
安井	平松町6-7	34・0607	

(※)香榎園幼稚園は、来年度から認定こども園へ移行し、園名を「認定こども園香榎園幼稚園」に変更予定

### 新制度に移行していない私立幼稚園

願書の配布 9月1日から各園で配布

#### 保育料等

幼児教育・保育の無償化により、月額2万5700円まで無償。ただし、教材費、通園バス代等は無償化の対象外。詳しくは市のホームページ(HP)87805753)を確認を

園名	所在地	電話番号
一里山	一里山町15-14	51・0616
関西学院	岡田山7-54	53・3950
甲子園学院	熊野町5-18	67・7272
神戸海星女子学院マリア	木津山町5-26	73・4418
甲陽	甲陽園本庄町7-23	74・4610
こぼと	津門西口町5-9	22・2101
西光	鳴尾町1丁目16-2	47・1737
松風	鳴尾町3丁目4-6	47・2289
段上	段上町8丁目9-13	51・3509
つぼみ	甲子園浜田町10-18	22・4405
仁川学院マリアの園	甲東園2丁目13-9	51・2454
西宮甲武	樋ノ口町2丁目6-1	67・2017
浜甲子園健康	浜甲子園2丁目10-4	41・1759
阪急	大屋町28-18	66・2015
東山	東山台2丁目8-1	0797・61・3603
光明	甲子園七番町22-3	47・1585
松秀	千歳町7-10	36・3560
武庫川女子大学附属	池開町10-3	45・3537
睦	高須町1丁目1-5	49・0581
和光	室川町1-4	71・6895

子育て中の人を支援する取組(園庭開放など)については、実施状況も含め各園へ問合せを

にしのみや

# 保健だより

保健所・各保健福祉センターの電話受付は午前8時45分～午後5時半。市のホームページ(HP)26040122、96395942)からも健診などの情報を見ることができます

◀元号・西暦対照▶平成31年・令和元年…2019年▶令和2年…2020年▶令和3年…2021年▶令和4年…2022年▶令和5年…2023年

**献血** 保健予防課(0798・35・3301) ☎ 64971580

JR西宮名塩駅…9月25日(日)9:30~12:00、13:15~16:00  
にしきた献血ルーム(全血献血・成分献血)  
…10:00~13:00、14:00~17:30(成分献血は17:00まで)  
※このほかに、追加で実施する場合があります

**子供の定期予防接種** 保健予防課(0798・35・3308) ☎ 22784785

各種定期予防接種を市内委託医療機関で実施。市外で接種する場合は、接種予定日の10日前までに連絡を



応急診療		このほかの健康・医療相談は、ハローにしのみや(0120・86・2438)をご利用ください			保険証など持参を
名称・住所	西宮市応急診療所(池田町13-3)	新型コロナウイルス感染防止のため、 <b>受診前に必ず電話で問合せを</b>	小児科	歯科	耳鼻咽喉科、眼科
電話	0798・32・0021	予約電話 0570・082・438	阪神北広域こども急病センター(伊丹市昆陽池2丁目10)	西宮歯科総合福祉センター(甲子園洲島町3-8)	尼崎健康医療財団休日夜間急病診療所(尼崎市水堂町3丁目15-20)
受付時間	月曜~金曜…20:30~23:15 土曜…17:00~23:15 日曜、祝・休日…9:00~13:45、17:00~23:15	予約時間 月曜~金曜…20:00~21:00 土曜…16:30~17:30、20:00~21:00 日曜、祝・休日…8:30~9:30、16:30~17:30、20:00~21:00	072・770・9988	0798・41・2031	06・6436・8701
			全日…深夜0:00~翌朝6:30	日曜、祝・休日…9:30~12:00	土曜…18:00~20:30(耳鼻咽喉科のみ) 日曜、祝・休日…9:00~16:00

## 10月の健診(検診)

【申込】受診する会場へ  
【問合せ】健康増進課(0798・35・3127)

**申込は各会場へ。**申込期間は9月1日~実施日の2週間前。定員あり。先着順  
※9月の空き区分は受付中

**【対象年齢】** 令和5年3月31日時点の年齢で確認を  
**【受診料】** 詳細は下記の各種健康診査・検診の項目を参照

- ▷70歳以上無料(胃がん(内視鏡)検診、前立腺がん検診、健康ドックは対象外) 肺がん・結核検診の胸部X線検査は65歳以上無料
- ▷市民税非課税世帯・生活保護受給中の人は、事前の申請により無料(前立腺がん検診、健康ドックは対象外) 申請は希望の健診(検診)を申込後、受診の2週間前までに健康増進課へ)
- ▷【㊤】個別検診(市内の委託医療機関で受診)の金額。記載なしは集団検診のみ実施

※北口保健福祉センター検診施設で実施の健康診査・がん検診はインターネット予約可。詳細は西宮市医師会ホームページから

西宮市各種健康診査	要受診券	がんなど各種検診	受診券不要
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>すこやか健康診査</b> 20歳~39歳。1500円</li> <li>■ <b>基本健康診査</b> 40歳以上で、令和4年度途中で健康保険証が変わった人と生活保護受給者。無料【㊤ 無料】</li> <li>■ <b>国民健康保険特定健康診査</b> 40歳以上の対象者に受診券を送付済み。無料【㊤ 無料】</li> <li>■ <b>長寿(後期高齢者)健康診査</b> 対象者に受診券を送付済み。無料【㊤ 無料】</li> </ul>	<p>受診券の申込は健康増進課へ。40歳~74歳の職場の健康保険加入者は、加入先の健康保険組合等に問合せを</p> <p>特定保健指導中の人は除く</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>胃がん(バリウム)検診</b> 40歳以上。1000円</li> <li>■ <b>胃がん(内視鏡)検診</b> 50歳以上の偶数歳。受診券の申込は健康増進課(HP)98966487へ。個別検診のみ【㊤ 3800円】</li> <li>■ <b>大腸がん検診</b> 40歳以上。600円【㊤ 1200円】</li> <li>■ <b>肺がん・結核検診</b> 40歳以上。300円。喀痰(かくたん)検査を対象者に700円で実施。アスベストに不安のある人は予約時に申し出を</li> <li>■ <b>前立腺がん検診</b> 50歳以上。1000円</li> <li>■ <b>肝炎ウイルス検診</b> 40歳以上の未受診者。700円【㊤ 1200円】</li> </ul>	<p>同年度の受診はどちらか一つ</p>

会場	10月(一部11月)の日程	申込
北口保健福祉センター検診施設	月曜~金曜(祝・休日を除く)の8:45~12:00	0798・61・7133…月曜~金曜(祝・休日を除く)の8:45~17:15
西宮市医師会診療所	17日(月)・24日(月)・31日(月)の8:45~12:00	0798・61・7077…月曜~金曜(祝・休日を除く)の9:00~17:00
塩瀬公民館(※)	5日(水)9:00~15:30	8月31日~9月7日の9:00~17:00
山口保健福祉センター(※)	23日(日)9:00~15:30	9月9日~16日の9:00~17:00
塩瀬公民館(※)	11月8日(火)9:00~15:30	9月26日~10月7日の9:00~17:00

(※) 予約状況によって午前のみ実施の場合あり

### 女性のための検診 受診券不要

- **乳がん検診**…40歳以上の偶数歳。1500円【㊤ 1800円】
- **骨粗しょう症検診**…30歳以上。900円
- **子宮頸(けい)がん検診**…20歳以上の偶数歳。1000円【㊤ 1400円】

会場	10月の日程	申込
北口保健福祉センター検診施設	水・木曜(祝・休日を除く)の13:00~16:30 ※子宮頸がん検診は木曜のみ	0798・61・7133…月曜~金曜(祝・休日を除く)の8:45~17:15

### 健康ドック

- **総合健康診査**…30歳以上。1万6900円

会場	10月の日程	申込
北口保健福祉センター検診施設	月曜~金曜(祝・休日を除く)の8:45~12:00	0798・61・7133…月曜~金曜(祝・休日を除く)の8:45~17:15

### 歯周疾患検診

対象者に個別通知。対象は40・50・60歳は500円、70歳は無料。個別検診のみ

## 子育て関係・相談など(9月分)

要予約。先着順。申込・問合せは各会場へ。会場の表記は次のとおり

- 中央…中央保健福祉センター(染殿町8-3 ☎0798・35・3310)
- 鳴尾…鳴尾保健福祉センター(鳴尾町3丁目5-14 ☎0798・42・6630)
- 北口…北口保健福祉センター(北口町1-1 ☎0798・64・5097)
- 塩瀬…塩瀬保健福祉センター(名塩新町1 ☎0797・61・1766)
- 山口…山口保健福祉センター(山口町下山口4丁目1-8 ☎078・904・3160)
- 保健所(江上町3-26 ☎0798・26・3667)

事業名	9月(一部10月)の日程	会場	備考
妊産婦オンライン相談	7日(水)、15日(木)、22日(木)の9:45~11:45		助産師等による相談。対象は妊娠中から産後1年までの妊産婦。申込は市のホームページ(HP)44926114)から。問合せは北口へ
マザークラス(2回シリーズ)	10月5日(水)・12日(水)の13:30~16:00	山口	対象は令和4年12月~5年4月出産予定の妊婦。定員8人。申込は9月1日~30日
	10月12日(水)・19日(水)の13:30~16:00	中央	対象は令和4年12月~5年2月出産予定の初妊婦。定員24人。申込は9月14日から
	10月17日(月)・24日(月)の13:30~16:00	北口	対象は令和4年12月~5年1月出産予定の初妊婦。定員24人。申込は9月14日から
はじめての離乳食講座	16日(金)10:30~11:30	中央	対象は令和4年3・4月出生の第1子と保護者。定員28人。申込は8月30日から
離乳食講座	15日(木)10:30~11:30	北口	対象は令和3年8月~12月出生の第1子と保護者。定員24人。申込は8月30日から
ぜん息・アレルギー相談	20日(火)14:00~15:30	鳴尾	対象は中学生以下。医師などによる相談
子供の定期健康診査	対象者(※)に個別通知。通知が届かない場合は中央へ連絡を(※)4か月児健診…令和4年5月出生、10か月児健診…令和3年11月出生、1歳6か月児健診…令和3年2月出生、3歳児健診…平成31年4月出生		

相談			
ぜん息・呼吸器相談	28日(水)14:00~15:30	鳴尾	医師などによる相談。対象は成人
お悩み解決! 栄養相談	5日(月)の10:00~12:00、13:00~15:00	山口	離乳食を始める乳幼児から高齢者の食事まで、栄養士による相談
	13日(火)の10:00~12:00、13:00~15:00	塩瀬	
栄養相談	月曜~金曜(祝・休日を除く)の9:30~16:30	保健所	対象は食事制限が必要な人など 対象は製造業者、市民
みやっここころのサポートダイヤル	月・水・金曜(祝・休日を除く)の9:00~12:00	保健所	こころの悩みや生きづらさなどについて臨床心理士による相談。実施日に(0798・35・5082)へ
こころのケア相談(電話・面接)	月曜~金曜(祝・休日を除く)の9:00~11:30、13:00~16:30	保健所	ストレス、不眠など心の悩みやひきこもりに関する相談。実施日に(0798・35・5066)へ ※面接は要予約
ひきこもり青年の家族交流会	27日(火)13:30~15:30	江上庁舎	事前に面接が必要。申込は(0798・35・5066)へ
精神保健福祉相談	13日(火)13:20~14:00	保健所	精神疾患、認知症、アルコール依存など心の悩みに関する相談。申込は(0798・26・3160)へ
	16日(金)13:20~14:00	北口	
	29日(木)13:20~14:00	鳴尾	
29日(木)13:20~14:00	中央		
保健所家族教室	21日(水)13:30~15:30	江上庁舎	対象は精神障害者の家族。申込は(0798・26・3160)へ

くらしを豊かにする情報をお届け

記事の見方 日日時 会会場 内内容 対対象 料参加費等 定定員 託託児 申申込 HP市ホームページ番号 問問合せ

# にしナビ

※費用の表記のないものは無料。市外局番のないものは《0798》

## 感染防止策の実施にご協力を

- ◎ 手洗いや手指消毒の実施、咳エチケットへの配慮
- ◎ 体調不良時の参加自粛 ◎ 各施設での利用制限の厳守



※イベントは急きょ中止・延期する場合があります。実施状況については主催者へ問合せを

## 子供・子育て

### みやっこフェスティバル Summer

日 9月3日(土)の午後4時～7時。雨天の場合4日(日)  
 会 高松ひなた緑地公園(高松町)  
 内 子供が運営する夏祭り  
 対 おおむね2歳～小学生と保護者  
 問 同実行委員会  
 (080・8858・9571…中桐方)

### サロンDE講座～救急救命士さんに聞いてみよう!

日 9月8日(木)午前9時45分～  
 会 子育て総合センター  
 内 日常の応急手当  
 対 未就学児と保護者  
 定 40人。当日先着順(受付は15分前から)  
 問 同センター (39・1521)

### 畑と山で子育て みやたんファームのお手伝い

日 9月10日(土)、12月10日(土)の午前10時～。2回シリーズ  
 会 甲山キャンプ場  
 対 未就学児を含む家族  
 料 1人100円 定 4家族。先着順  
 申 8月30日午前9時から甲山自然環境センター (72・0037)

### 森であそぼう! 木こり体験 伐(き)って作る!

日 10月2日(日)午前10時～  
 会 社家郷山 対 小学生を含む家族  
 料 1人200円。3歳以下無料  
 定 30人程度。多数の場合抽選  
 申 ハガキに催し名、住所、参加者全員の氏名・年齢、電話番号、メールアドレスを書き、9月19日(必着)までにこども環境活動支援協会(〒662-0832甲風園1丁目8-1)080・4665・3806

### 人形劇定期公演

日 9月17日(土)午後2時～  
 会 大学交流センター  
 料 100円。未就学児無料  
 定 90人。多数の場合抽選  
 申 9月7日までに市HP  
 HP 37863174  
 問 文化振興課 (35・3425)

### カラダで遊ぼう! のびのびダンスワークショップ

日・対 9月18日(日)の午前10時半～…3歳以上の未就学児▷午後1時45分～…小学生  
 会 市民交流センター  
 料 1人500円  
 定 各20人。多数の場合抽選  
 申 9月4日までに西宮市文化振興財団HP  
 問 同財団 (33・3146)

### Mommy&Me 英語で遊ぼう!

日・会 9月21日(水)午後3時～…コープ夙川▷28日(水)午前10時～…安井市民館  
 対 2歳～未就学児と保護者  
 料 1家族500円 定 あり  
 申・問 同会(090・4282・7282…木下方)

### ちびっこ集まれ! 楽しく体を動かそう!

日・対 9月23日(金・祝)の①午前9時～…小学1・2年生と保護者、②10時～…小学3・4年生と保護者、③11時～…2・3歳児、④11時45分～…4歳児～小学1年生  
 会 中央体育館  
 内 ①②親子で野球、③④かけっこ  
 定 ①②各15組、③④各30人。先着順  
 申 8月31日午前10時 (③④は11時)から電話でアスレチック・リエゾン・西宮事務局 (73・7581…西宮スポーツセンター内)

### 貝を使ったサンドグラス作り

日 9月25日(日)の午前10時半、午後2時～  
 対 未就学児は保護者同伴  
 料 各500円。別途要入館料  
 定 各8組。多数の場合抽選  
 申 9月12日までに市HP  
 HP 72780858  
 会・問 西宮市貝類館 (37・0485)

### Classicコンサートinプレラ

日 10月1日(土)午後2時～  
 会 プレラホール  
 内 フルート・ヴァイオリン・チェロ・ピアノによるバッハ、メンデルスゾーン  
 対 小学生以上 料 1000円 定 あり  
 申・問 西宮市文化振興財団(33・3111)  
 ※詳細は同財団HP

## 芸術

### 9月のギャラリー

日・内 下表のとおり  
 問 文化振興課 (35・3425)

ロビーギャラリー @ 市役所本庁舎1階	洋画(吉岡慶子さん) ※期間は1日～29日
ストリートギャラリー @ 札場筋	用海保育所「みんなげんき」 ※期間は1日～30日
ららストリートギャラリー @ ららぽーと甲子園	西宮市国際交流協会設立30周年 活動紹介 ※期間は1日～28日

※展示替えのため鑑賞できない場合あり

### ウクライナ チャリティーライブ JAZZ&GIPSY MUSIC NIGHT

日 9月6日(火)午後7時半～  
 会 西宮神社会館  
 料 4000円 定 あり  
 申・問 同実行委員会  
 (080・2529・0321…多田方)

### 藤村匡人&長谷智子 リートデュオリサイタル

日 9月8日(木)午後7時～  
 会 県立芸術文化センター小ホール  
 対 小学生以上  
 料 3000円。大学生以下1000円 定 あり  
 申・問 同実行委員会(43・5272…藤村方)

### プレラホールの催し

日・内 下表のとおり 料・定 あり  
 申・問 同ホール (64・9485)

英語の歌を♪歌って脳トレ	日 9月9日(金)・30日(金)の午前10時、午後1時半～。2回シリーズ
チャリティ・スタッフコンサート	日 9月10日(土)午後3時～ 内 ピアノ・声楽とオペラ舞台衣装解説 対 小学生以上

## 講座・講演会

### スマートフォンの講習会(入門)

日・内 9月6日(火)、10月11日(火)の午前10時～…電源・ボタン操作▷11時～…電話・カメラの使い方  
 会 市民交流センター 定 あり  
 申・問 関西イー・エルダー  
 (050・3637・0447)

### スマートフォンの講習会(標準)

日・内 下表のとおり  
 会 市民交流センター 定 あり  
 申・問 関西イー・エルダー  
 (050・3637・0447)

開始時間	内容(使い方)	9/15(木)	9/22(木)	10/18(火)
13:00	アプリ	○	○	○
14:00	インターネット	○	○	○
15:00	メール	○	—	—
	地図アプリ	—	○	—
16:00	SNS (LINE)	—	—	○
	相談会	○	○	○

### 発達障害勉強会

日 9月18日(日)、10月16日(日)の午前10時～  
 会 市民交流センター 料・定 あり  
 申・問 ころ・からだ研究所(70・4487)  
 ※詳細は同研究所HPへ

世界最高峰の演奏を西宮で…

**ミ・ベモル**  
**サクソフォンアンサンブル**  
**ポピュラーコンサート**

日 9月17日(土)午後5時～  
 会 アミティ・ベイコムホール  
 対 小学生以上  
 料 3000円。25歳以下2500円  
 申・問 西宮市文化振興財団  
 (33・3111)  
 詳細は同財団HPへ

## 8月

## 健康づくりコラム 保健師のひとりごと

### ◆ 質の良い睡眠はとれていますか? ◆

睡眠不足や睡眠の質の低下は、心身の健康状態にさまざまな影響を及ぼします。質の良い睡眠をとるためには、起きる時間を毎日一定にし、朝日をしっかりと浴びるようにしましょう。朝日を浴びることで体内時計がリセットされ、睡眠促進作用を持つホルモン物質「メラトニン」が分泌されやすくなり、寝つきも良くなります。

「メラトニン」は夜間に光を浴びると分泌が抑制されてしまいます。夜は部屋を暗くして寝るとともに、就寝前にスマートフォン等の利用を控えることも大切です。必要な睡眠時間は人によって異なります。質の良い睡眠をとることを目指しましょう。



池澤保健師

問 健康増進課 (0798・26・3160)

## 宮水学園マスター講座

市は、西宮市生涯学習大学「宮水学園」マスター講座(後期)の受講者を募集します。募集案内は地域学習推進課(フレンテ西宮4階)、市役所本庁舎1階総合案内所横、各支所・公民館・図書館等で配布。市のホームページからも入手可。

【日 程】10月～来年3月(各10回シリーズ) 【受講料】各コース7500円  
 【対 象】令和4年(2022年)10月1日時点で60歳以上

コース	日程・会場	募集人数
モンゴル帝国の衝撃～世界は、日本は、どう受け止めたのか?	月曜午前10時半～@市民会館	50人
漢方の不思議～東洋医学の神秘に迫る	火曜午前10時～@フレンテ西宮	39人

※多数の場合抽選。原則、1人1コースのみ。定員に達しない場合は複数コース受講可

申 込 ハガキに希望コース(第2希望まで)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書き、9月12日(必着)までに地域学習推進課(〒662-0911池田町11-1)へ。市HPからも申込可



問 地域学習推進課 (0798・35・5165) (HP) 58234882

大学共通単位講座(後期)市民聴講

日・内 下表のとおり。9月24日開講。各15回シリーズ
会 大学交流センター
内 高校卒業、またはそれと同等以上の学力がある人。在勤者可
料 各5000円
定 各5人。多数の場合抽選
申 所定の願書と必要書類を9月2日~9日(必着)に同センター(69・3155)...

Table with 2 columns: 曜日・時間, 科目名. Includes courses like '楽しく学ぶ身近なサイエンス', '近代建築の歴史を辿(たど)る', etc.

普通救命講習会

日 9月28日(水)午前9時半~
会 消防局 定 10人。先着順
HP 53316736
申 9月7日から市HPか救急課(38・6577)

わかたけ人権講演会

日 9月28日(水)午後1時半~
会 若竹生活文化会館
内 テーマは「へこたれへん~人はきつとつながれる」
定 50人。先着順 あり
申 9月5日午前9時から同館(67・7171)

みやスタ起業塾

日 10月17・24・31日、11月7日の月曜午前10時~。4回シリーズ
会 西宮商工会館
内 起業時に必要な知識やノウハウ
内 起業予定者、起業後間もない人
定 20人。先着順
申 8月29日午後0時半からにしのみや起業家支援センターHP
内 同センター(33・1257)

外国人のための日本語講座

日 9月28日~12月7日の水曜午後6時半~。各クラス10回シリーズ
会 西宮市国際交流協会
内 初級・中級クラス
料 各5000円 定 あり
申・内 同協会(32・8680)

インターカレッジ西宮心理学レクチャー

日 10月19日(水)・26日(水)の午後1時半~
会 大学交流センター
内 ネガティブな気持ちとの付き合い方
料 1500円
定 50人。多数の場合抽選
申 8月25日~10月5日に同センターHP
内 同センター(69・3155)



であい市門戸厄神

日 9月4日(日)の午前10時~午後3時
会 門戸厄神東光寺
内 フリーマーケットや体験学習など
内 同実行委員会(54・6733)

甲子園浜の海岸を守ろう

日 9月11日(日)午前10時~(オンラインは10時45分から)
会 甲子園浜、オンライン
内 海浜の清掃、生き物観察会、海の遺跡探検
内 未就学児は保護者同伴 定 あり
申・内 神戸新聞社メディアビジネス局企画推進部(078・362・7077)
※詳しくはTOYOTA SOCIAL FES!! HP

20代、30代のあなたへ動かそう ところからだ

日 9月22日(木)・30日(金)の午後7時~
会 勤労青少年ホーム
内 ダンスワークショップ(未経験者可)
料 各1000円 定 各15人。先着順
申 8月29日午前10時から西宮市文化振興財団HP
内 同財団(33・3146)

公民館であーそぼっ@段上

日 9月25日(日)の午後1時半~3時半
会 段上公民館
内 モルックやボードゲームなど
HP 53623327
内 生涯学習企画課(35・3869)

いのちとこころ関連図書展示フェア@鳴尾図書館

日 9月2日(金)~10月5日(水)の午前9時半~午後7時(土・日曜、祝・休日、10月以降は6時まで)。月曜休館。9月19日は開館し、20日は休館
内 関連図書・パネル・ポスターの展示等
内 健康増進課(26・3160)

男女共同参画センターウェブの催し

日・内 下表のとおり 定 あり
申・内 ウェーブ(64・9495) あり
子連れで離婚を考えたとき
日・内 9月27日(火)~マネープラン10月5日(水)~相談会13日(木)~法律講座。いずれも午前10時~ 定 女性
家庭と両立して働きたい方のためのマザーズ個別就職相談
日 9月29日(木)の午前9時半~午後0時半(1人45分) 定 子育て中の女性
託児付き上映会「岬のマヨイガ」
日 9月30日(金)の午前10時、午後6時半~
女性が地方議会で動くという選択肢
日 10月1日(土)・8日(土)の午後2時~。2回シリーズ 定 講演会、パネルディスカッションなど 定 女性
女性のための"みんなで語ろう会"
日 9月30日~10月28日の金曜午前10時~。5回シリーズ
内 モヤモヤする気持ちを語り合う

スポーツ・アウトドア

一本歯下駄でランニング教室

日 9月3日(土)午前9時半~
会 鳴尾浜臨海公園南地区芝生広場
内 元五輪代表・中村友梨香さんの指導
内 中学生以上
料 2500円。大学生以下1500円
定 あり
申・内 同公園管理事務所(48・9386)

初秋の甲山自然観察 クロモジ茶でほっこり

日 9月22日(木)午前9時45分~
会 甲山森林公園
料 500円。3歳以下無料 定 あり
申・内 同公園管理事務所(73・4600)

後期定例テニス会

日 10月~来年3月の土・日曜。月2回
会 浜甲子園テニスコート
内 在勤・在学者可
料・定 あり
申・内 9月5日までに西宮市テニス協会(080・2505・3562)

市民ファミリーハイキング

日 9月24日(土)の午前10時に岩屋公園(神戸市)に集合
内 HAT神戸など約4\*。
定 60人。先着順
申 8月29日午前10時から市HP
HP 82973908
内 能登運動場(74・3472)

西宮スポーツセンターの催し

日・内 下表のとおり
室内野球
日・内 9月25日(日)午前9時~...塩瀬体育館10月2日(日)午後1時15分~...中央体育館分館 定 小学1年生~4年生
料 各500円 定 各30人。先着順
申 8月29日午前9時から同センターHP
内 同センター(73・7581)
思い出のスポーツイベント
日 9月25日(日)午後1時15分~ 定 山口町船坂多目的グラウンド 内 ドッジボール、サッカー 定 小学生以上 料 300円
定 30人。先着順 申 8月29日午前9時から同センターHP 内 同センター(73・7581)
「走る・跳ぶ・投げる・打つ」親子でやってみよう☆
日 10月1日~22日の土曜午後3時~。4回シリーズ 定 北夙川体育館 内 小学1・2年生と保護者 定 25組。多数の場合抽選
申 8月29日~9月4日に同センターHP
内 同センター(73・7581)
ウェルネススポーツ(金)
日 10月7日~来年1月20日の金曜午後7時~。15回シリーズ 定 北夙川体育館
内 リズム体操、球技など 定 18歳以上
定 25人。先着順 申 8月29日午前9時から同センターHP 内 同館(70・2222)

健康・福祉

福祉・介護の仕事を探している人へ

日・内 下表のとおり
介護のしごとセミナー「はじめての介護のしごと~仕事内容や資格について」
日 9月14日(水)午後2時~ 定 市民会館
内 セミナー、個別相談会 定 あり
HP 55568042
申・内 福祉のまちづくり課(35・3135)
福祉の就職説明会 in HYOGO
日 9月24日(土)の午後1時~4時
会 フレンテホール 内 参加法人(33法人予定)との個別面談、各種相談コーナーなど
※履歴書不要、無資格・未経験者参加可
HP 93961186 内 兵庫県福祉人材センター(078・271・3881)
介護職再就職支援講習
日・内 10月7日(金)~高齢者の尊厳、移動・移乗、車いす操作等12日(水)~衣服着脱、食事介助等14日(金)~体位変換、排せつ、終末期の介護技術等。いずれも午後0時半~ 定 市民会館 定 あり
HP 92070652
内 ソラスト(06・6265・8555)
内 福祉のまちづくり課(35・3135)

広告

シニアスタイルは、すべての施設で個別機能訓練と看護体制が充実
シニアスタイル西宮北口
24時間看護師体制
TEL 0798-31-2781
株式会社 シニアスタイル

介護疲れや家族の予定にショートステイという選択肢
要介護、要支援の方も安心
充実のレクリエーション
シニアスタイル西宮北口
シニアスタイル武庫之荘
シニアスタイル尼崎

広告

庭木1本からお手入れOK!
お客様との約束
西宮市政ニュースをご覧の方へ
生垣剪定 長さ1m×高さ2m(※税込)
通常 2,200円が 1,100円
ガーデンプロプレス 0120-61-4128

西宮市老人クラブ連合会の催し

☎・☎ 下表のとおり
☎ 60歳以上
☎ ①は9月26日～28日の午前9時半～午後4時に総合福祉センターへ作品を持ち込み。②③は往復ハガキに各要件を書き、9月14日(消印有効)までに同連合会(〒662-0913染殿町8-17 ☎34・3334)

- ①高齢者作品展 作品募集
☎ ①絵画…4号～50号。水墨画は210mm×90.9mm以内▷②書…半紙以上で縦形240mm×70mm以内、横形86mm×180mm以内。方形は152mm×152mm以内▷③写真…四つ切り以上。組写真は四つ切り3枚まで▷④工芸…魚拓・珍木・盆栽類を除く
※個人制作、未発表のものに限る。①②③は額装等(ガラス不可)を
¥ 1点1000円(部門1人1点)
◆展示は10月4日～7日の午前10時～午後4時(入館は3時半まで、7日は正午まで)に市民ギャラリーで実施
②グラウンド・ゴルフ大会
☎ 10月21日(金)午前10時10分～。雨天の場合11月4日(金) ☎ 中央運動公園陸上競技場 ☎ 10チーム(5人1組)。多数の場合抽選 ¥ 1チーム2500円
☎ 催し名、チーム名、参加者全員の住所・氏名(代表者に○印)・年齢・電話番号
③高齢者芸能大会
☎ 10月26日(水)午後1時～ ☎ 勤労会館ホール ☎ カラオケ、民謡、民踊、新舞踊、日舞など ☎ 20組。多数の場合は10月19日午前10時から総合福祉センターで予選会(1種目1000円)を実施 ☎ 催し名、種目、題名、住所、氏名、年齢、電話番号

身体障害者巡回(移動)相談会

☎ 10月7日(金)の午前9時～正午
☎ 総合福祉センター
☎ 義手・義足などの補装具の相談と指導
☎ 18歳以上の身体障害者手帳を持つ肢体不自由者 ☎ あり
☎・☎ 生活支援課(35・3157)

阪神青い鳥学級南支部 尼崎教室

☎ 10月26日(水)、11月26日(土)、12月12日(月)。3回シリーズ
☎ 立花南生涯学習プラザ(尼崎市)など
☎ 体験学習、社会見学、音楽鑑賞
☎ 義務教育修了年齢以上の視覚障害者
¥・☎ あり
☎・☎ 9月5日～16日に電話かFAXで生涯学習企画課(35・3869 ☎ 35・0051)
☎ 64408885

人事募集

マイナンバーカード関連業務(会計年度任用職員B)

☎ 10月以降の土・日曜(週1・2日)の午前9時～午後5時45分
¥ 日額8230円
☎ 履歴書(写真貼付)と登録票を人事課(市役所本庁舎5階 ☎ 35・3514)へ持参か郵送
☎ 90082613
※このほか、事務補助等の会計年度任用職員Bも登録受付中(☎ 15873438)

市立保育所の会計年度任用職員Aフルタイム調理員

☎ 月曜～金曜の午前8時15分～午後4時45分
☎ 調理師または栄養士免許取得者(保育所給食調理経験者が望ましい)
¥ 月額21万7695円以上。賞与あり
☎ 若干名 ※1次試験は9月19日
☎ 22600568
☎ 9月9日までに保育所事業課(35・3184)

西宮市応急診療所 看護師等パート職員

☎ 9月中旬から随時。午前8時半～午後2時半、午後4時半～8時半、午後8時～午前0時のシフト制。土・日曜、祝・休日勤務あり
☎ 看護師または准看護師資格取得者
¥ 1時間2920円以上
☎ 1人
☎ 履歴書を9月2日までに西宮市医師会事務局(〒662-0913染殿町8-3 ☎ 26・0662)に持参か郵送を
※詳細は同会HPで確認を

消防テレホンサービス
ツーツーシキュー
0798-22-9999
9月1日～15日…119番の通報要領について▷16日～30日…救急講習会について

相談

消費生活センター9月の相談会

☎ 13日(火)・27日(火)の午後1時～4時
☎ 借金(多重債務)相談。1組1時間以内。司法書士が応対 ☎ あり
☎・☎ 同センター(64・0999)

助産師による妊産婦さんと乳児の子育て相談

☎ 9月8日(木)・26日(月)の午前10時～正午
☎ オンライン(Zoom)か電話による相談
☎ 西宮市助産師会HP
☎ 同会(090・1158・7075…森田方)

その他

長寿動物表彰

☎ 表彰状の授与 ※表彰式・写真展示は中止
☎ 9月30日時点で、18歳以上の猫、17歳以上の小・中型犬、14歳以上の大型犬(25kg以上)
☎ 9月30日までに西宮市開業獣医師会所属の動物病院へ
☎ 動物管理センター(81・1220)
※来年度から小・中型犬の対象年齢を18歳以上に改定

704 にのみや
市広報番組
ケーブルテレビベイコム 11ch
9月分
毎週月曜更新。放送は午前9時、午後2時、5時45分、9時45分から
☎ 広報課(0798・35・3487)
5日(月)～11日(日)、19日(月・祝)～25日(日)
イベントリポート…市内で行われたイベント等をキャスターがスタジオから紹介
12日(月)～18日(日)、26日(月)～10月2日(日)
PR…ドラマ仕立てでの市の取組や魅力を分かりやすく紹介
5日(月)～10月2日(日)
スポーツレ…自宅で簡単にできる運動を紹介

さくらFM(78.7メガヘルツ)で放送している市の提供番組を月替わりで紹介
☎ 広報課(0798・35・3402)
※災害時には随時、緊急情報を放送
西宮徹底解剖(9月号)
☎ 第1～4月曜午後8時半から30分間
☎ さまざまな角度から知られざる西宮を解き明かす、驚き・発見・感動が満載の番組。1週目～3週目に出題されるクイズに全問正解した人の中から抽選で1人にフオカード3000円分をプレゼント。9月のテーマは「市民を守る!西宮市消防局 最前線」。ゲストティーチャーは西宮市消防局の中野慎さん・小谷拓也さん・沼津康宏さん・渡部慎也さん ※放送終了後は、市のホームページ(HP54149619)から音声配信あり
9月定例市議会 生中継
☎ 9月6日(火)～9日(金)の午前10時～
☎ 9月定例市議会の一般質問を生中継

地域に開かれた学校で、生涯学習の機会を提供
西宮東高校「木曜講座」
西宮東高校は、9月から同校併設のなるお文化ホールで「木曜講座」を開催します。申込不要。無料。
問合せは同高校(0798・47・6013)へ。
日程 講座名
9/8 我が国のエネルギー政策～2050年カーボンニュートラル実現に向けて
9/15 没後1400年 聖徳太子と仏教
9/22 レクチャーコンサート「歌い継ぐ日本の心の歌」～歌と和・洋楽器の調べ
9/29 鳴尾とスポーツ～大正から昭和にかけ、鳴尾はスポーツのメッカだった
10/13 ウクライナ戦争と今後の世界
10/27 新疆ウイグル自治区に「自治」はあるのか?～新疆人から見た迫害の真実
11/10 相撲の魅力、相撲の不思議
11/17 千利休の茶の湯改革～利休と信長
※時間はいずれも木曜午後2時から

インフォメーション information

市から

9月定例市議会を開催 昨年度決算を審査

9月定例市議会が、8月31日～10月5日の日程で開かれる予定です。主な日程は、本会議での一般質問が9月6日～9日、常任委員会が13日～15日、本会議での議案の採決が16日、決算特別委員会の各分科会が26日～30日、本会議での決算の採決が10月4日の予定です。なお、日程は変更になる場合があります。
本会議の様様(ライブ・録画)は市議会ホームページの本会議インターネット中継で見ることができます。
問合せは議会事務局(0798・35・3378)へ。

◆令和3(2021)年度住民基本台帳の一部の写しの閲覧状況を公表 8月25日～9月22日に市民課(市役所本庁舎1階)、各支所(アクタ西宮ステーション、各市民サービスセンター・分室を除く)で公表するほか、市のホームページ(☎41069649)からも閲覧可。問合せは市民課(0798・35・3112)へ

官公署から

自筆証書遺言書保管制度のご利用を

自筆証書遺言書保管制度は、法務局で遺言書を長期間適正に管理・保管するもので、遺言書の紛失や改ざん等を防ぐことができます。制度利用の手料は3900円で、保管されている遺言書は家庭裁判所での検認が不要です。
問合せは神戸地方方法務局西宮支局(0798・26・0061)へ。

◆フェニックス共済に加入を 自然災害で被害を受けた住宅の再建や家財の購入等を支援。負担金・給付金は次のとおり。いずれも市町が発行する「り災証明書」が必要。問合せは兵庫県住宅再建共済基金(078・371・1000)へ
【住宅再建共済制度】《負担金》年額5000円《給付金》再建・購入…600万円▷補修…50万円～200万円▷賃貸住宅等に入居…10万円
【準半壊特約】《負担金》年額500円《給付金》再建・購入・補修…25万円▷賃貸住宅等に入居…10万円
※準半壊特約のみの申込不可

【家財再建共済制度】《負担金》年額1500円《給付金》全壊…50万円▷大規模半壊…35万円▷半壊…25万円▷床上浸水…15万円

その他

◆クイックワン(インターネット専用宝くじ)を発売 原則1年中、24時間いつでも「宝くじ公式サイト」から購入可。8・9月の収益金は購入者の住む市町の住み良いまちづくりに活用。問合せは兵庫県市町村振興協会(078・322・1151)へ

市税の納付には便利な口座振替のご利用を
口座振替を利用すると、納期ごとに金融機関等へ行く必要がなく、納め忘れもないため便利です。口座振替の申込は、金融機関の窓口や税務管理課(市役所本庁舎2階)、支所等のほかWEBでもできます。詳しくは市のホームページをご覧ください。
【対象税目】市県民税(普通徴収)、固定資産税(償却資産を含む)・都市計画税、軽自動車税(種別割) ※いずれも定期課税分
☎ 税務管理課(0798・35・3234) ☎ 82062983

### 新型コロナウイルス感染症関連情報

8/16時点情報

新型コロナウイルス  
医療相談窓口

0798・26・2240 FAX 0798・33・1174  
受付時間:9:00~19:00(土・日曜、祝・休日は17:00まで)

相談窓口へ寄せられる  
主な質問と回答は  
市HPで確認できます



#### 抗原検査キットを配布しています

市は、医療を必要とする人が適切な医療サービスを受けられるよう、症状が軽く、基礎疾患がない等、重症化リスクの低い人に対して「抗原検査キット」を配布しています。詳細は市HPで確認を。



- 対象**
- ①2歳以上59歳以下 ②基礎疾患がなく、肥満(BMIが30以上)でない
  - ③軽症(呼吸が苦しくない。食事ができる。乳幼児で顔色がいい)
  - ④妊娠していない ⑤メールアドレスを持っている
  - ⑥県の抗原検査キットに申込をしていない
- ※①~⑥を全て満たす人が対象

土・日曜、祝・休日も受付

問 市抗原検査キット配布お問い合わせ窓口(0798・26・2273…9:00~17:00)

#### 抗原検査キットや無料検査所で陽性が判明した人へ 新型コロナ自主療養制度

県は、陽性が判明した場合に、自主療養登録センターに登録することで、医療機関を受診することなく自ら療養を始めることができる「新型コロナ自主療養制度」を開始しました。詳細は県HPで確認を。

県HP



**対象** 上記の抗原検査キット配布対象の①~⑤を全て満たす人

問 県抗原検査キット配送事務局(078・914・5066…9:00~17:00。土・日曜、祝・休日も受付)

#### 療養関係書類の取得方法

各証明書は記載項目が異なります。証明書を取得する際には各提出先に確認を

##### 療養証明書

- ▶ スマートフォン等で即時表示できます
- ▶ 診断日のみ表示(療養期間の記載はありません)



HP 13994353

【対象】 医療機関で陽性と診断を受けた人(みなし陽性を除く)  
【申請】 PC・スマートフォンでMy HER-SYS(※)から申請

(※)厚生労働省が運用する「新型コロナウイルス感染者等情報把握・管理システム」

##### 療養期間確認通知書

- ▶ 申込多数のため送付に1か月程度かかります
- ▶ 療養期間(診断日~療養最終日)の記載があります



HP 22742918

【対象】 医療機関で陽性やみなし陽性と診断を受けた人、My HER-SYSを使えない人

【申請】 にしのみやスマート申請から申請または、医療相談窓口(=上記)までご連絡を

##### 自主療養証明

県の「新型コロナ自主療養制度」を利用した人は、自主療養証明の申請を。申請方法等の詳細は、県HPまたは県抗原検査キット配送事務局(078・914・5066)へ

### 新型コロナワクチン接種関連情報

8/16時点情報

新型コロナワクチン接種  
コールセンター

0120・622・999

受付時間:9:00~17:30(土・日曜、祝・休日も受付)

最新情報は市HPへ



#### 10月以降の接種については、決まり次第お知らせ

8月9日の、国の自治体向け説明会で「オミクロン株に対応した新型コロナワクチンの接種について、10月半ば以降に実施することが考えられる」との説明がありましたが、接種間隔や対象等の詳細については未定です。10月以降のワクチン接種事業については国からの方針が正式に示され次第、改めてお知らせします。なお、現行ではワクチン接種が受けられる期間は9月末までとなっています。

#### 9月の集団接種~若年層への接種機会の確保について

国からのファイザー社ワクチンの供給終了に伴い、集団接種会場では原則、モデルナ社ワクチンを使用します。若年層(12歳~17歳)の人は、3回目接種にモデルナ社ワクチンを使用できないため、現存のファイザー社ワクチンを使用する接種枠を確保しました(接種会場は阪神西宮会場、市立中央病院)。

#### 3・4回目の接種をご検討ください※10月以降のワクチン接種は未定です

接種の予約や接種券の申請は市HPかコールセンターへ

##### 3回目接種

オミクロン株に対する感染予防効果、発症予防効果、入院予防効果が回復します(※)



**対象** 12歳以上 **接種券** 送付済み

##### 4回目接種

重症化予防効果のため実施しています(※)



▶ 対象者や接種券についての詳細は市HPで確認を

(※)参考:厚生労働省資料

ワクチン接種は強制ではありません。体質や持病等で、ワクチンを接種しない(できない)人もいます。接種の強制や差別、不利益な取り扱いを行うことのないよう、ご理解とご協力をお願いします

国制度  
(再周知)

新型コロナウイルス感染症による  
住民税非課税世帯等への臨時特別給付金

10万円

申請期限が  
近づいています

西宮市臨時特別給付金  
コールセンター

0120・191・073

受付時間:8:45~17:30  
(土・日曜、祝・休日を除く)

#### ●住民税非課税世帯 詳細は市のホームページで確認を

対象	確認書	申請期限(必着)
令和3(2021)年度住民税非課税世帯	1月31日に対象世帯に送付済み	9月30日
令和4(2022)年度住民税非課税世帯	7月26日に対象世帯に送付済み	10月31日

※世帯内に、18歳以上65歳未満の未申告者や、令和4年度住民税非課税世帯で令和3年12月11日以降に転入した人がいる場合は確認書送付不可。非課税相当の場合はコールセンターにお問合せを



HP 45137536

#### ●家計急変世帯

市のホームページで支給要件の詳細を確認の上、申請書をダウンロード、またはコールセンター、にしのみやスマート申請で申請書の発送依頼を申請期限は9月30日(必着)



HP 59520807

## 不登校児童生徒を支援しています~悩みを抱え込まず、お気軽にご相談ください

不登校は、どの子にも起こり得ることと考えられており、特別なことではありません。まずは子供の状況を受け止め、子供に合った支援を考えていきましょう。小・中・義務教育学校では、担任や養護教諭のほか、スクールカウンセラーにも相談できます。また、こども未来センター(0798・65・1881)でも、18歳までの子供に関する相談に応じています。ぜひご利用ください。

#### 県・民間の支援施設もあります

不登校児童生徒を支援する施設は、あすなる学級だけではありません。市が作成した「不登校児童生徒を支援する民間施設に関するガイドライン」では、県立施設や民間施設を紹介しています。市のホームページで公開しているので、ぜひご覧ください。



HP 48156223

#### 校区関係なく本人に合った学級へ

### あすなる学級

「あすなる学級」は市立小・中・義務教育学校に在籍する不登校の児童生徒を対象に、社会的自立のための支援を行う教室です。

HP 21580836

問 学校保健安全課(0798・35・3884)



#### 学級制(学校により近い人数で)

#### 少人数制(まずは少ない人数から)

学校により近い  
時間で学びたい

まずは短時間から慣れたい

まずは短時間  
から慣れたい

少しずつ通学に慣れたい

##### なるおきた

【日時】  
月曜~木曜  
9:15~14:15

##### かわらぎ

【日時】  
月曜~木曜  
午前の部  
9:30~11:30  
午後の部  
13:00~15:00

##### やまぐち

【日時】  
月曜~水曜、金曜  
午前の部  
9:30~11:30  
午後の部  
13:10~15:10

##### みらい

【日時】  
月曜~木曜  
午前の部  
9:30~11:30  
午後の部  
13:00~15:00

##### しおせ

【日時】  
月曜、木曜  
13:00~15:00

##### うえがはら

【日時】  
木曜  
13:00~15:00

##### はまわき

【日時】  
金曜  
13:00~15:00

💡 サテライト学級は、公民館を利用した教育支援センターで、他のあすなる学級と兼ねて在籍が可能です