

播磨町

子育て支援センター



- ▼南部子育て支援センター
☎079(437)4188
- ▼北部子育て支援センター
☎078(944)0717
- ▼福祉グループ
☎079(435)2362

～お願い～

駐車場の少ないので、南部・北部子育て支援センターへは、徒歩か自転車でお願いします。

子育て支援センター わくわくニコニコの予定

0歳児の集まり「すやすや」「よちよち」、1歳児の集まり「ぐんぐん」、2歳児の集まり「のびのび」に参加してお友達と交流しながら、親子で一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

	南部 子育て支援センター	北部 子育て支援センター
すやすや(0歳児) 平成29年4月2日まで	▶日時 7月5日(水) 10:00～11:00 ▶申込み 不要	▶日時 7月12日(水) 10:00～11:00 ▶申込み 不要
よちよち(0歳児) 平成28年4月2日～ 平成29年4月1日生		[すとりベリーじゃむさんと遊ぼう] ▶日時 7月18日(火) 10:00～11:00 ▶定員 先着20組 ▶申込み 7月1日(土) 午前9時から電話または 直接受け付けます。
ぐんぐん(1歳児) 平成27年4月2日～ 平成28年4月1日生		食育「夏バテ予防の食事」 ▶日時 7月10日(月) 10:00～11:00 ▶定員 先着20組 ▶申込み 7月1日(土) 午前9時から電話または 直接受け付けます。 ※南部は秋頃に予定しています。
のびのび(2歳児) 平成26年4月2日～ 平成27年4月1日生		

▶持ち物 名札(お持ちの人はご持参ください)、お茶、タオル
▶対象 町内在住の人
※動きやすい服装でお越しください。
※たくさんの方に参加していただきたいので、**どちらか一方の支援センターに参加してください。**
※駐車場の少ないので、徒歩・自転車でお越しください。
※詳しくは、それぞれの支援センターへお問い合わせください。

南部子育て支援センター

地域交流講座

夏祭り

輪投げや魚つり、宝さがし。手作りゲームを楽しみますか。

▼日時 7月21日(金)
午前10時～11時

▼場所 南部子育て支援センター

▼対象 町内在住の平成26年4月2日～平成27年4月1日に生まれた子どもとその保護者

▼定員 先着20組
▼申込み・問合せ 7月1日(土)午前9時から電話または直接受け付けます

▼日時 8月3日(木)
午前10時～11時

▼場所 北部子育て支援センター

▼対象 町内在住の2歳から就学前の子どもとその保護者

▼講師 高尾恭子
▼定員 先着20組
▼持ち物 汗拭きタオル、水分補給用の飲み物

▼申込み・問合せ 7月1日(土)午前9時から、電話または直接受け付けます

▼日時 7月27日(木)
午前10時～11時

▼場所 北部子育て支援センター

お兄ちゃんとお姉ちゃんと一緒に人形劇を楽しみましょう。

こどもの館巡回劇場「人形劇」

世代間交流講座

親子でダンス

お兄ちゃんとお姉ちゃんを誘ってみんなでダンスを楽しみましょう。

▼日時 8月3日(木)
午前10時～11時

▼場所 北部子育て支援センター

南部子育て支援センター

世代間交流講座

親子でダンス

お兄ちゃんとお姉ちゃんを誘ってみんなでダンスを楽しみましょう。

▼日時 7月21日(金)
午前10時～11時

▼場所 南部子育て支援センター

▼対象 町内在住の平成26年4月2日～平成27年4月1日に生まれた子どもとその保護者

▼定員 先着20組
▼申込み・問合せ 7月1日(土)午前9時から、電話または直接受け付けます

▼日時 8月3日(木)
午前10時～11時

▼場所 北部子育て支援センター

▼対象 町内在住の2歳から就学前の子どもとその保護者

▼講師 高尾恭子
▼定員 先着20組
▼持ち物 汗拭きタオル、水分補給用の飲み物

▼申込み・問合せ 7月1日(土)午前9時から、電話または直接受け付けます

▼日時 7月27日(木)
午前10時～11時

▼場所 北部子育て支援センター

お兄ちゃんとお姉ちゃんと一緒に人形劇を楽しみましょう。

▼日時 8月3日(木)
午前10時～11時

▼場所 北部子育て支援センター

南部子育て支援センター

地域交流講座

和太鼓体験・ミニコンサート

太古からの響きを伝え続ける日本の伝統楽器である太鼓の魅力を感じませんか?

▼日時 8月5日(土)
午前10時～11時

▼講師 太鼓集団 鼓淡KOTAN

▼場所 南部コミセン

▼対象 町内在住のおおむね2歳～8歳の子どもと保護者

▼定員 先着40組

▼申込み・問合せ 7月1日(土)午前9時から電話または直接受け付けます

▼場所 南部子育て支援センター

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

☎079(437)4188

②金曜日コース

9月8日、15日、22日、29日、10月6日、13日

▼時間 午前9時15分～11時15分(火、金曜日共通)

▼場所 中央公民館(火、金曜日共通)

▼対象 おおむね3歳以上の子ども

▼費用 千円(資料代、保険料)

▼託児 1人1回 700円

▼定員 各コース先着8人

▼申込み 6月26日(月)から福祉グループで受け付けします。

費用を添えてお申し込みください

▼問合せ NPO法人みんな

でネットワークつくす播磨(米津)

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

☎090(9271)1453

7月のすくすく保健行事と相談

▶問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

(注) 7:00現在に警報が発令されている場合などは中止になります。

内容	日時(受付時間)/場所	対象	備考(*は持ち物)
乳児健康診査	19日(水) 13:00～13:20 福祉会館	平成29年3月生の乳児	*母子健康手帳 *通知書(問診票)
10か月児健康診査	平成29年8月末日まで 時間は各医療機関による(要予約) 播磨町、稲美町、加古川市内の小児科(協力医療機関)	平成28年9月生の乳児	*母子健康手帳 *健康受診票 *健康保険証 *乳児医療受給者証
※対象者には、受診票などを郵送しますので、説明書をよく読んで指定の医療機関に予約のうえ、受診してください。 ※対象者で受診票がない場合は、すこやか環境グループへ申し出てください。			
1歳6か月児健康診査	7日(金) 13:00～13:30 福祉会館	平成27年12月生の幼児	*母子健康手帳 *通知書(問診票)
3歳児健康診査	14日(金) 13:00～13:30 福祉会館	平成26年4月生の幼児	*母子健康手帳 *通知書(問診票) *早朝尿(5cc)

内容	日時(受付時間)/場所	対象	備考(*は持ち物)
子育て準備教室	12日(水) 13:30～15:30 福祉会館	おおむね妊娠6か月～9か月の人	妊娠初期から産後の生活に向けて、心と体の準備について、乳房ケアも含めてお話をします。 *母子健康手帳
赤ちゃん相談	5日(水) 10:00～11:00 南部子育て支援センター 12日(水) 10:00～11:00 北部子育て支援センター	おおむね1歳未満の母子	助産師、栄養士が相談に応じます。わくわくさろん、ニコニコさろんの中で実施します。
授乳相談	28日(金) 9:30～15:30 福祉会館	おおむね1歳未満の母子	助産師が授乳方法についてアドバイスします。(予約制) *母子健康手帳、バスタオル

乳房マッサージのサービスがはじまりました！

産後のおっぱいのトラブルで悩まれているお母さんに、助産師がご自宅へ訪問し、乳房マッサージを実施します。(①参照)

また医療機関や助産所などで乳房マッサージを利用された場合は、かかった費用の一部助成を受けることができます。(②参照)

※受けられるのは、出産1回につき①または②の、どちらか1回に限ります。

①助産師の訪問による乳房マッサージを希望する場合

▼対象 産後1年未満の人

▼内容 乳房マッサージ

▼助成回数 出産1回につき1回

▼費用 無料(2回以上の利用を希望される場合は有料になります)

▼申込み ことも窓口にて「播磨町産後サポート事業利用申請書」を提出してください。申請書は窓口でお渡しします。町ホームページからダウンロードもできます。急なご利用が必要な場合はお問い合わせください

②医療機関や助産所などで乳房マッサージを利用し、かかった費用の助成を申請する場合

▼対象 産後1年未満に乳房マッサージを利用した人

▼内容 乳房マッサージ(保険適用外のみ)

▼助成回数 出産1回につき1回

▼助成額 上限4千円。(乳房マッサージにかかった費用が4千円を下回る場合は、支払った金額を助成します)

▼申請期限 乳房マッサージ利用後3カ月以内に、ことも窓口にて申請してください

▼必要書類 朱肉を使う印鑑、領収書(原本)、母子健康手帳、振込先の分かるもの(通帳など)、播磨町乳房ケア費用助成申請書(申請書は窓口でお渡しします。町ホームページからダウンロードもできます)

▼問合せ ことも窓口 ☎079(435)0366

おっぱいの悩みを解決！～ママのお助け情報～

▶問合せ ことも窓口 ☎079(435)0366

- 授乳相談

助産師がママと赤ちゃんに応じた授乳のアドバイスをします。

▶日時 毎月第4金曜日(6月・9月は第5金曜日) 9:30~15:30

日程は、毎月の「すくすく保健行事と相談」の欄、ホームページに掲載しています。

▶場所 福祉会館3階

▶内容 哺乳量の確認や授乳方法の指導
乳房ケアの指導・卒乳の相談
妊婦さんの相談(産後の授乳に備えての指導)
- 持ち物 母子健康手帳、バスタオル、フェイスタオル
- 申込み 事前予約が必要です。ことも窓口にお電話ください ☎079(435)0366
- 乳房マッサージ訪問

助産師がご自宅に訪問し、乳房マッサージを実施します。詳しくは上記をご覧ください。
- 乳房マッサージの費用の助成

医療機関や助産所などで乳房マッサージを利用した場合、かかった費用の一部助成を受けられます(保険適用外のみ)。詳しくは上記をご覧ください。



おっぱいの悩みを解決するためのサービスがあります。ぜひお気軽にお問い合わせください。※症状によっては、医療機関を受診していただく必要があります。

おっぱいのトラブルは、おっぱいの吸わせ方が浅かったり、吸わせる角度がいつも一緒であることが原因のこともあります。またママの食事や水分摂取もおっぱいに影響を与えます。

おっぱいの形や赤ちゃんの飲み方は1人ひとり違っており、おっぱいの悩みも1人ひとり違います。そのママと赤ちゃんに応じたアドバイスをもらい、対応できるようになったら一番いいですね。

播磨町ではおっぱいの悩みを解決するためのサービスがあります。ぜひお気軽にお問い合わせください。※症状によっては、医療機関を受診していただく必要があります。



料理教室参加者を募集します

今月のテーマは「減塩」です。▶持ち物 エプロン、バングナ、ふきん、筆記用具

▶申込み・問合せ 事前に申し込んでください すこやか環境グループ ☎079(435)2611

- いづみ会料理教室

▶日時・場所 いずれも9:30~13:00
7月4日(火) 中央公民館
7月12日(水) 野添コミセン
7月19日(水) 南部コミセン
7月21日(金) 中央公民館
▶費用 500円(当日徴収)
- 男性料理教室

▶日時 7月15日(土) 9:30~13:00
▶場所 中央公民館
▶費用 500円(当日徴収)
- 子育てママの料理教室

▶日時 7月14日(金) 10:00~13:00
▶場所 南部コミセン
▶定員 25人
▶費用 400円(当日徴収)
※託児はありません。

産後ヘルパーの派遣がはじまりました！

産後1カ月頃までは、出産の疲れと慣れない生活で、お母さんの心と体は最も大変な時です。この時期にホームヘルパーを派遣することで、産後のお母さんを支援します。

▼対象 産後1カ月以内で、家族などから十分な家事や育児の援助を受けられない人

▼内容 育児援助(授乳の準備や片付け、おむつ交換、沐浴介助など)

▼家事援助(調理、洗濯、掃除、買い物など)

※きょうだいの幼稚園、保育所などへの送迎はできません。送迎をご希望の人は「ファミリーサポート制度」をご利用ください。

※援助内容は、日常的な内容に限ります。

※保護者不在中に、ホームヘルパーが子どもをみることはできません。

▼派遣期間 月曜日から金曜日まで(祝日は除く)の、午前8時から午後6時まで。1日に2回まで、1回につき2時間以内(通算4時間以内)

▼費用 ホームヘルパー派遣

1時間あたり500円。
ただし町民税非課税世帯は200円、生活保護世帯は0円。
費用は1時間単位のため、1時間未満の利用でも右記の料金になります

▼申込み ことも窓口にて申請してください。申請は出産後に行ってください。妊婦中に事前にご相談ください

▼必要書類など
・朱肉を使う印鑑
・播磨町産後サポート事業利用申請書(窓口でお渡しします。町ホームページからもダウンロードできます)
・(平成29年1月2日以降に播磨町に転入した人)世帯全員の前住所地の課税証明書

▼問合せ ことも窓口 ☎079(435)0366



平成29年度 第3回 市民健康フォーラム「あしの痛みの原因と対処法について」

▶日時 7月29日(土)14:00~16:00 川病院 整形外科)

▶場所 加古川総合保健センター(ウェルネージかこがわ)1階 ウェルネージホール 「あしの痛みに対する手術方法」武部健(甲南加古川病院 整形外科)

▶司会 荷田啓一郎(はすだ整形外科クリニック) ▶問合せ 申し込み不要、参加費無料です

▶演題・講師 「痛みのない生活を送るためには」立石耕司(甲南加古川市民健康フォーラム事務局 ☎079(421)4301

今月のいきいき保健相談 ▶問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

内容	日時(受付時間)/場所	対象	備考(*は持ち物)
健康相談	7月18日(火) 13:30~15:30 福祉会館	町民	保健師、栄養士が個別に相談に応じます。(予約制) *健診結果、食事記録(2日分)
糖尿病相談	7月13日(木) 13:30~15:30 福祉会館	播磨町国民健康保険加入者で糖尿病を治療中の 人、糖尿病予備群の人	糖尿病療養指導士、保健師が個別に相談に応じます。 (予約制) *健診結果、食事記録(2日分)
後期高齢者健康栄養相談	7月26日(水) 13:30~15:30 福祉会館	後期高齢者医療加入者の 町民	保健師、栄養士が個別に相談に応じます。(予約制) *健診結果、食事記録(2日分)

加古川健康福祉事務所の保健相談

こころのケア相談

▶日時 7月10日(月)、24日(月) 13:00~14:00

▶申込み 地域保健課 ☎079(422)0003

エイズ・肝炎ウイルス検査相談

原則として匿名・無料で実施

▶日時 7月12日(水)、26日(水) 9:10~10:20

▶申込み 健康管理課 ☎079(422)0002

専門栄養相談

▶日時 7月19日(水) 9:30~11:30

▶申込み 健康管理課 ☎079(422)0002

加古川夜間急病センター ☎079(431)8051(年中無休)

▶診療時間 【内科】21:00~翌朝6:00、【小児科】21:00~0:00

加古川歯科保健センター ☎079(431)6060

▶診療日 日・祝日・お盆(8月13日~15日の午前)・年末年始(12月30日~1月3日)

▶診療時間 9:00~11:30、13:00~16:00

※いずれも急患を受け付けしますので、不急の方はご遠慮ください。

日時(受付時間)/場所	内容	対象	金額	費用減免	
7月1日(土)、3日(月)、12日(水)、14日(金)、18日(火) 8月4日(金)、9日(水) 8:30~11:00、13:15~15:30 (子宮がん検診は午後のみ) ※□で囲んだ日程は、加古川総合保健センターまでバスを運行します。(要予約) 役場12:30出発 ▶実施場所・申込み 加古川総合保健センター ☎079(429)2923	肺がん ※どちらか一方しか受けられませんか	レントゲン	20歳以上	500円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯
		胸部CT	50歳以上	5,000円	
	胃がん ※どちらか一方しか受けられませんか	レントゲン(バリウム)	40歳以上	1,400円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯
		胃内視鏡(胃カメラ) ※2年に1度の検診です	50歳以上	4,000円	
	大腸がん(便潜血検査)		20歳以上	500円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯
	乳がん ※マンモグラフィは、2年に1度の検診です	マンモグラフィ	40歳以上	1,000円	②生活保護世帯、住民税非課税世帯
		エコー(超音波)	30~39歳	1,000円	
	子宮頸部がん(子宮の細胞をこすり取る細胞診) ※2年に1度の検診です		20歳以上	1,000円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯
	前立腺がん(血液検査)		50歳以上	1,500円	
	肝炎ウイルス(血液検査) ※生涯に一度		40歳以上	1,000円	②生活保護世帯、住民税非課税世帯
胃がんリスク(血液検査) ※生涯に一度		18歳以上	無料		
骨粗しょう症検診		40歳以上	500円	②生活保護世帯、住民税非課税世帯	
特定健診		播磨町国民健康保険に加入している40歳以上の人 ※4月1日から健診日まで加入資格がある人に限る	無料		
後期高齢者健診		後期高齢者医療保険加入者で、生活習慣病の治療をしていない人	無料		
基本健診		30~39歳	1,000円	②生活保護世帯、住民税非課税世帯	
通年(平成30年2月末まで)時間は各協力医療機関による ▶場所 加古川市、稲美町の協力医療機関 ▶申込み 加古川総合保健センター ☎079(429)2923	子宮頸部がん個別検診	20歳以上 ※平成28年度に受診した人は受診できません	1,500円	①65歳以上 ②生活保護世帯、住民税非課税世帯	
通年(平成30年2月末まで)時間は各協力医療機関による ▶実施場所・申込み 播磨町、稲美町、加古川市、高砂市内の協力医療機関。協力医療機関に電話で予約のうえ、受診してください	歯周病検診	今年度40歳、50歳、60歳、70歳の町民 ※対象者には個別に通知しています	無料		

●検診費用の減免について 費用減免の「①65歳以上」については、手続き不要です。「②生活保護世帯、住民税非課税世帯」の人は、加古川総合保健センターに申し込み後、受診の1週間前までに印鑑(朱肉を使うもの)をお持ちのうえ、すこやか環境グループにお越しください。

●特定健診の受診票がお手元にない場合
4月1日現在、国民健康保険に加入している人には、受診票を送付しています。4月2日以降に国民健康保険に加入した人で、平成29年度に特定健診を受けていない人が、特定健診を希望する場合、または受診票を紛失した人は、保険証をお持ちのうえ、すこやか環境グループまでお越しください。

▶申込み 加古川総合保健センター ☎079(429)2923

▶問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

すこやか環境グループでは問い合わせに対応しますが、検診の申し込みは受け付けできません。検診の申し込みは、加古川総合保健センターにお願いします。

中央公民館と野添コミセンで健診が受けられます!

今や日本人の2人に1人ががんにかかり、3人に1人ががんで亡くなるといわれています。早くに見つけることで、体に負担が少ない方法で治療が可能になります。今回は近くでがん検診を行いますので、ご利用ください。

また、ご自身の健康状態を確認できる特定健診も併せて受けることができますので、この機会にぜひどうぞ。

▶日時・場所

7月22日(土)、24日(月) 野添コミセン

7月25日(火)、29日(土) 中央公民館

※65歳以上の入限定の日程もあります。

7月28日(金) 中央公民館

7月31日(月) 福祉会館

上記日程は、肺がん(レントゲン)・胃がん(バリウム)・大腸がん検診のみとなります。

▶検診料金の免除

▷対象 ①生活保護法による被保護世帯に属する人

②住民税非課税世帯に属する人(世帯全員が非課税)

▷手続き ①・②のいずれかに属する方は、加古川総合保健センターにお申し込み後、受診日の1週間

前までに朱肉を使う印鑑をお持ちのうえ、すこやか環境グループまで申請してください

●若い世代の血液検査

健診機会のない20~39歳の人は、ご自身の健康を知る機会としてご利用ください。町立幼稚園には巡回します。保育園の保護者やその他ご希望の人は、この機会にぜひどうぞ。

▶申込み 加古川総合保健センター ☎079(429)2923 (平日8:30~17:00)

▶問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611 (すこやか環境グループでは申し込みは受け付けできません)

内容	対象年齢	費用
★肺がん(レントゲン)	20歳以上	500円
★胃がん(バリウム)	40歳以上	1,400円
★大腸がん	20歳以上	500円
前立腺がん(血液検査)	50歳以上	1,500円
肝炎ウイルス検査(血液検査)	40歳以上(生涯に1回)	1,000円
胃がんリスク検査(血液検査)	18歳以上(生涯に1回)	無料
骨粗しょう症	40歳以上	500円
特定健康診査	40歳以上の播磨町国民健康保険加入者	無料
基本健康診査	30歳~39歳	1,000円
若い世代の血液検査	健診の機会がない20~39歳	無料

★がついているものについては、65歳以上の方は無料です。(手続きは不要)

歯科健診と歯科相談を行います

歯科健診では、むし歯や歯ぐき、かみ合わせなどのチェックを行います。歯の相談をしたい人、かかりつけ医がない人などなたでもどうぞ。

▶日時 7月25日(火) 13:00~14:30

▶場所 中央公民館大ホール

※予約は不要ですが、中央公民館健診の実施状況により、待ち時間が長くなる場合や実施時間が短くなる場合があります。ご了承ください。

▶内容

・歯科健診(高橋佑豪 たかはし歯科医院歯科医師)

・歯科衛生士による歯科相談

▶費用 無料

▶その他 76歳以上の人で口腔歯科健診票が届いている人は、お持ちください

▶問合せ

すこやか環境グループ ☎079(435)2611

健康! チェアエクササイズ教室

1人では運動が続かない人や健康面が気になり運動を始めたい人、一緒に体を動かしませんか? 椅子に座って、チューブを使ったストレッチや筋力トレーニングを行います。椅子に座って行うので、膝や足に負担が少なく、安定感もあるので、普段運動をしない人にも安心です。

▶対象 播磨町国民健康保険に加入している人

▶日時 7月20日~9月7日の毎週木曜日

10:00~11:30

▶場所 BiVi土山2階(JR土山駅南側)

▶講師 小山康恵(元気サポート インストラクター)

▶定員 20人

▶費用 2,000円

(途中からの参加も可能ですが、費用は変わりません)

▶持ち物 水分補給できるもの 汗拭き用タオル

(チューブは役場で準備します)

▶申込み・問合せ

すこやか環境グループ ☎079(435)2611

一般社団法人 加古川医師会 第42回兵庫県健康大学受講生募集

▶日程 8月26日、9月2日、16日、30日、10月14日、28日(全6回)

いずれも土曜日13:30~16:20

▶場所 加古川総合保健センター(ウェルネージかこがわ)1階(JR加古川駅北側)

▶テーマ 「健康情報2017」

▶定員 100人(定員になり次第締め切ります)

▶費用 1,000円 ▶締切日 7月25日(火)

▶申込方法 はがきに①健康大学受講希望 ②郵便番号③住所④氏名(ふりがな) ⑤年齢 ⑥電話番号を書いて加古川医師会に郵送でお申し込みください

〒675-0065 加古川市加古川町篠原町103-3

加古川医師会へ

▶問合せ 加古川医師会 ☎079(421)4301