



[[運転に不安のある高齢ドライバーとそのご家族の方へ]]

運転免許の自主返納 について考えてみませんか？



このような症状はありませんか？

- ☑ 車のキーや免許証を探し回ることがある
- ☑ 左右のウインカーを間違えて出したり、ウインカーを出し忘れたりする
- ☑ 車庫入れの時、塀やフェンスをこすることが増えた
- ☑ カーブをスムーズに曲がれないことがある
- ☑ 右左折時に、歩行者や対向車などをよく見落とすようになった など



人は誰しも年齢とともに、視力や筋力、記憶力や判断力が衰えていき、信号や標識が見えにくくなったり、運転時の操作ミスが起こりやすくなります。
このような症状がでた時は、そろそろ免許返納の時期かもしれません。

安全運転相談窓口にご相談ください 【安全運転相談ダイヤル ☎ #8080】

警察官や、医療系専門職員(看護師、保健師、介護福祉士、作業療法士)が、安全運転の継続に必要な助言・指導を行うほか、免許返納によって受けられる特典などを紹介します。ご家族で話し合うための助言も行います。

対応例

本人から
「病気」について相談
個別に面談し、必要に応じて専門医による臨時適正検査を案内します。

対応例

妻から
「高齢の夫の運転が危ない」と相談
加齢に伴う身体機能の低下等について説明するほか、認知症が疑われる場合には、適切な病院を紹介して医師の診断を受けるよう指導します。



※必要に応じて警察官が赴き、直接面談を行うこともあります。お気軽にご相談ください。

運転免許を自主返納すると様々な特典が受けられます



キャンペーン
ICOCAカード(5,000円)をプレゼント!

対象

- 次の①～③の条件をすべて満たしている方
- ① 神戸市にお住まいの満65歳以上の方
 - ② 令和3年4月1日以降に運転免許を自主返納した方
 - ③ マイナンバーカードをお持ちの方

申込書の配布場所

◎区役所・支所 ◎警察署 ◎運転免許更新センター
※市ホームページからもダウンロードできます

申込方法

令和4年3月25日までに郵送

問 市総合コールセンター ☎0570-083-330または333-3330

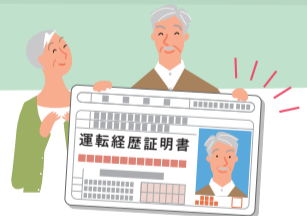
市ホームページは
こちら



運転経歴証明書

- ◆ 運転免許を自主返納すると「運転経歴証明書」を申請できます。運転免許証に代わる公的な身分証明書として利用できます。
- ◆ タクシー・バスの運賃割引や、宿泊施設での割引など様々な特典が受けられます。

問 須磨警察署
☎731-0110(代)
兵庫県警察本部交通部運転免許課
☎912-1628(代)



年末の
交通事故防止運動

12月1日(水)～
12月10日(金)

【 自主返納についての問い合わせ先 ▶ 須磨警察署 ☎ 731-0110(代) 】





主任児童委員さんにお話を聞きました

民生委員・児童委員のうち、子どもや子育てに関することを専門に活動している主任児童委員さんにお話を聞きました。

須磨区主任児童委員の会

前会長 長谷川 真由美 さん
 会長 鎌田 枝里子 さん
 副会長 山本 昭子 さん

Q どんな活動をしていますか？

地域ボランティアとして、主にお子さんやお母さんに関する下記の活動をしています。

- 行事や会議への参加を通じた児童館や小学校・保育所との連携。
- お子さんとお母さんの親睦のために、子育て広場やイベント「母と子の集い」「子育てトーク」を開催。
- 「子育て相談室」の実施。
- 須磨区内の主任児童委員の情報交換や研修のための連絡会を開催。



Q どんな相談を受けていますか？

お子さんの発達、食や生活面などの相談が多いです。近所に住む子育ての先輩として気軽に相談をお受けしたいと思っています。

Q 主任児童委員になったきっかけは？

- 子育て広場を手伝ってほしいと顔見知りの民生委員さんに誘われてズルズルと(笑)(長谷川さん)。
- 「すまっこサポーター」をしていて当時の民生委員の会長さんに声をかけられました(山本さん)。

Q 主任児童委員活動の魅力ややりがいは？

イベントなどでお母さんや子ども達と一緒に楽しめるのが、いいところだと思います。地域の皆さんと知り合う機会も増えました。赤ちゃんのときから知っていたお子さんが大きくなって挨拶してくださると嬉しいです。

お住まいの地域の民生委員・児童委員、主任児童委員がわからないときは下記まで。

- 問 区健康福祉課管理係 ☎731-4341 FAX735-8159
 問 支所保健福祉課管理係 ☎793-1313 FAX795-1140

須磨区デジタルスタンプラリー

無料

イベントに参加された方に抽選ですまぼうグッズなどをプレゼント！いろんな魅力が詰まった須磨区内の史跡・施設を巡ってデジタルスタンプを集めましょう。

開催期間 11月22日(月)～1月23日(日)

参加方法 ①区内12箇所に設置した二次元コードを読み取り、デジタルスタンプを集めましょう。

- ②6個以上スタンプを集めて応募しましょう！
 抽選で100名様にすまぼうグッズとクオカードをプレゼント！
 ※応募にはユーザー登録が必要になります。

案内チラシ 須磨区役所、北須磨支所、須磨パティオ、神戸総合運動公園、須磨区文化センター、須磨区内地域福祉センターなど

問 区まちづくり課 ☎731-4341(内線254) FAX732-0728

イベント
 紹介は
 こちら▶



旧規格の消火器は年内に交換が必要です

適応火災のマークが「文字表示」の消火器は、消防法令で消火器の設置が義務付けられている建物に、2022年1月1日以降は設置できません。

旧規格の消火器が設置されている場合は、2021年12月31日までに新規格の消火器に交換してください。

問 須磨消防署総務査察課査察係 ☎735-0119 FAX734-4119



須磨区歴史講演会

無料・要申込・100名程度(先着順)

日時 12月20日(月)15:00～16:30(予定)※14:30受付開始

講演者 田辺 真人 氏(県立兵庫津ミュージアム名誉館長)

講演テーマ 須磨の地名と伝説から

場所 須磨パティオ健康館3階 パティオホール

申し込み 11月22日(月)9:00から12月16日(木)21:00までに区ホームページまたは電話で問まで

問 市事業・イベント案内センター

☎0570-083-330または333-3372

申込は
 こちら▶



子どもを育むスマハマプロジェクト 「須磨海苔工場見学」参加者募集!

無料・要申込

日時 1月15日(土)、16日(日)10:00～12:00(各90分)

場所 須磨浦漁友会事務所

対象 神戸市在住の小学生を含む家族

人数 計80名(各日40名×2日間)

申し込み 右記申し込みフォームにて必要事項を入力。12月17日(金)21:00締切
 ※応募者多数の場合は抽選。当選結果は1月上旬通知予定
 ※集合場所などの詳細は別途お知らせします

問 市事業・イベント案内センター

☎0570-083-330または333-3372

申込は
 こちら▶



お知らせ

日 日時 所 場所 対 対象 内 内容
 ¥ 参加料・受講料 申 申し込み 問 問い合わせ

募集

北須磨文化センターより

A.ガーデニング講座 定員15名(先着順)

日 12月17日(金)10:00～12:00 ¥ 2,000円

B.世界の国めぐり 定員45名(先着順)

日 12月24日(金)10:30～12:00 ¥ 300円/1回

A、Bについて

申 電話かFAXで問へ。

随時受付・定員になり次第締め切り

C.「第1回 Xmas concert by "PYLON"」

定員120名(先着順)

日 12月25日(土)14:00開演(13:30開場)

所 3階 大会議室

内 究極の音楽“アカペラ”の魅力を感じ、新たな感動を発見してください。

¥ 500円(小学生以下は無料) 申 電話で問へ。

問 北須磨文化センター

☎791-0840 FAX792-0700

クリスマスコンサート 定員120名

日 12月19日(日)14:00開演(13:30開場)

所 須磨区文化センター 4階大ホール

内 毎年恒例の家族で楽しめるクラシックコンサート

¥ 大人500円、子ども100円

申 直接来館か電話で問へ。随時受付・定員になり次第締め切り

問 須磨区文化センター

☎735-7641 FAX735-7644

催し

西市民病院「糖尿病教室」 無料・申込不要

日 12月20日(月)配信予定

所 YouTube配信での開催

対 血糖値が高い人やその家族など

問 西市民病院 ☎576-5251 FAX576-5358

※YouTubeの配信について、西市民病院HPの最新情報「患者さん」でご確認ください。



新春生け花展 無料・申込不要

日 1月13日(木)～16日(日)

所 須磨区文化センター 1階ロビー

内 須磨区文化センター「生け花」講座受講生による生け花展

問 須磨区文化センター

☎735-7641 FAX735-7644

身近な保健医療講座 動画配信

[テーマ]新型コロナに負けない!!

～自粛生活で気を付けたいポイント～

日 1月31日(月)～2月28日(月)(掲載期間)

所 病院ホームページにて動画配信

問 神戸市立西神戸医療センター

☎997-2200 FAX993-3712

その他

須磨体育館の卓球個人利用

日 12月5・12日(日)9:00～19:00

12月19日(日)17:00～19:00

12月26日(日)13:00～19:00

¥ 一般200円、高校生以下150円

申 直接来館で問へ。

問 須磨体育館 ☎734-5588 FAX734-5512

善意銀行に預託されました

(10月分・順不同・敬称略)

<金銭>

匿名 1人、(尚)ビューティサロンキミ キミ・ロイヤル板宿店、(株)mi-kittyミキティ訪問介護事務所 <物品>

匿名 3人

ありがとうございました

新型コロナウイルスの影響により、本紙掲載のイベント等について、延期・中止・内容が変更となる可能性があります。最新の開催状況は、各問い合わせ先にご確認ください。

すますく ~子育て情報をお届けします~

子育てイベント情報

乳幼児期

パパっクラブ [無料・定員7組]
お父さんと一緒に遊んだり、お父さん同士が交流できる場を提供しています。
 ① 12月11日(土)10:20~11:30
 ② 1歳~未就園児親子
 ③ 親子で一緒に体を動かして楽しもう
 ④ 電話で④へ。12月8日(水)まで受付
 ⑤ ⑥ 須磨区地域子育て支援センター(北須磨保育センター内)
 ☎792-7879 FAX794-6707

親子の学び教室 [無料・先着10組]

[テーマ]乳幼児の食生活
 ① 1月18日(火)10:30~12:00
 ② 北須磨文化センター3階 和室2・3
 ③ 幼児(1歳から3歳)とその保護者
 ④ 電話またはFAXで④へ。
 12月21日(火)から1月18日(火)まで受付
 ⑤ 須磨区あじさい講座事務局
 ☎735-7377 FAX735-1833

地域子育て応援プラザ須磨より

A.食育セミナー [無料・要申込・抽選10組]
 ① 1月25日(火)10:00~11:30
 ② 区役所2階 健康教育室
 ③ 1歳6カ月~2歳6カ月頃のお子さんと保護者
 ④ 食育講座・親子あそび等
B.ほっとタイム(寝返り・ハイハイ期)
 [無料・要申込・抽選8組]
 ① 1月28日(金)14:00~15:30
 ② 支所 事業室
 ③ 5カ月~10カ月頃のお子さんと保護者
 ④ 子育てミニ講座・ふれあいあそび等
A、Bについて
 ① 12月20日(月)~24日(金)
 ② 地域子育て応援プラザ須磨 ☎・FAX731-5033

妊娠期

マタニティーママの日 [無料・定員7組]
妊娠中のママが集まって、お喋りしながらママ同士の交流をしたり簡単なベビー玩具などを作ったりします。ぜひご参加ください。
 ① 12月20日(月)10:00~11:30
 ② 妊娠中のママ ※子ども(未就園児)の同伴可
 ③ ゆったりした空間でお喋りしたりベビーグッズを作ったり...詳しい内容はお楽しみに♪
 ④ 電話で④へ。12月8日(水)まで受付
 ⑤ ⑥ 須磨区地域子育て支援センター(北須磨保育センター内)
 ☎792-7879 FAX794-6707


その他(相談・支援など)

拠点児童館「保育現場で活かす!インリアル・アプローチ」
 [全2回・無料・先着15名]
 ① 1月18日・25日(火)13:00~15:00
 ② 落合児童館
 ③ 保育士・児童館職員・放課後デイサービス職員等
 ※同じ職場からのご参加は2名まで
 ④ 12月13日(月)から受付
 落合児童館へ来館・☎・FAXにて
 ⑤ 落合児童館 ☎・FAX791-7644

主任児童委員による「子育て相談室」~気軽に話してスッキリしませんか~

[無料・申込不要]
 中止する場合があります、事前に④へ。
 ① 1月6日(木)10:00~12:00
 ② 支所保健福祉課(名谷センタービル5階)
 ③ 子育ての悩み、ストレスを抱える保護者
 ④ 区健康福祉課 管理係
 ☎731-4341(内303) FAX735-8159

区の子育て情報サイト **すますく** の中に、子育てに関するイベント情報を集約したページができました。ぜひご利用ください。



区役所・支所での行事 (12月1日~1月31日)

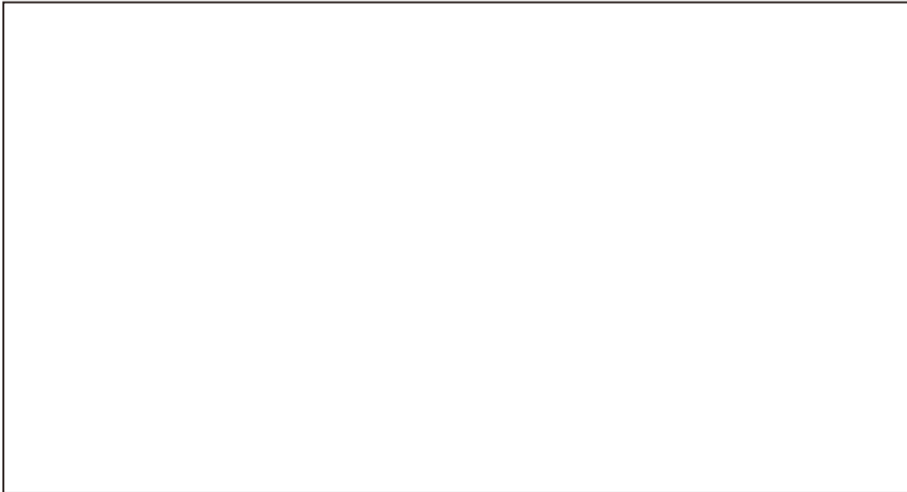
乳幼児健診(無料)
 4カ月、9カ月、1歳6カ月、3歳の成長・発達の節目の時期に行っています。新型コロナウイルス感染症対策のため、ご案内時期が通常より遅れています。対象となる方へは、個別に健診受診のご案内を送付します。転入された方やご案内が届いていない場合は、須磨区本区管内にお住まいの方は須磨区役所へ、北須磨支所管内にお住まいの方は北須磨支所へお問い合わせください。

須磨区役所(区役所2階)
 [問] 区子ども家庭支援課 ☎731-4341(内338) FAX735-8515

| 行事 | 実施日 | 受付時間 |
|-------------------------|-----------------------|-------------|
| 健康相談・栄養相談(予約制) 対象/成人 | 12月22日(水) 1月26日(水) | 13:30~15:00 |

北須磨支所 保健福祉課(名谷センタービル5階)
 [問] 支所保健福祉課 ☎793-1313(内325) FAX795-1140

| 行事 | 実施日 | 受付時間 |
|-------------------------|-----------------------|-------------|
| 健康相談・栄養相談(予約制) 対象/成人 | 12月16日(木) 1月20日(木) | 9:30~11:30 |
| | 12月24日(金) | 13:30~15:30 |



保健だより (12月1日~1月31日)

区役所・支所での行事

須磨区役所(区役所3階)
 [問] 区健康福祉課 ☎731-4341(内322) FAX735-8159

| 行事 | 実施日 | 受付時間 |
|-------------|-----|---|
| 精神保健相談(予約制) | 相談員 | 事前に電話などでの予約が必要 |
| | 医師 | 12月8日、1月12日(水) 15:30~17:00 12月21日、1月25日(火) 14:00~15:30 |

北須磨支所保健福祉課(名谷センタービル5階)
 [問] 支所保健福祉課 ☎793-1313(内311) FAX795-1140

| 行事 | 実施日 | 受付時間 |
|-------------|-----|--|
| 精神保健相談(予約制) | 相談員 | 事前に電話などでの予約が必要 |
| | 医師 | 12月8日、1月26日(水) 13:30~15:00 1月27日(木) 16:00~17:00 |

後期高齢者健康診査・神戸市国民健康保険加入者の健康診査(集団健診・予約制)

※土・日曜、祝日、12月29日(水)~1月4日(火)は申し込みできません(12月16日~1月15日)

[予約先] ★の会場...JA兵庫厚生連 ☎333-8860 FAX 333-8742
 その他...兵庫県予防医学協会 ☎871-7758 FAX871-8048
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歳および40歳以上の神戸市国民健康保険加入者
 ※神戸市国民健康保険加入者以外の人は各医療保険者にお問い合わせください
内容 問診、身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査(必要に応じて追加検査あり)
受診方法 事前に予約のうえ、健康保険証と受診券などを持参してください
¥ 無料(※令和3年度より、全ての対象者に無料で受診いただけるようになりました。)
 ※39歳以下については受診要件があります。市ホームページをご確認ください
 問い合わせ/健康企画課 ☎322-6517 FAX322-6053 [ホームページはこちら](#)
 ※生活保護受給者、中国残留邦人等支援給付受給者は、区生活支援課が受診券を交付します

| 健診日時 | 場所 |
|---------------------------------------|---------------------|
| 12月16日(木)、21日(火)、1月14日(金) 10:00~11:45 | ★パティオホール(中落合2-2-1) |
| 12月22日(水) 9:15~11:00 | 高倉会館(高倉台4-2) |
| 12月26日(日) 9:15~11:00 | 区文化センター4階(中島町1-2-3) |
| 1月7日(金) 9:15~11:00 | 須磨区役所2階(大黒町4-1-1) |

●健診会場であわせて実施
 ・胸部X線(結核)健診 [¥] 無料 [対象] 満15歳以上(単独受診可)
 ※上半身は金具やボタンの付いた服は脱いでいただき、薄手の無地のシャツ1枚で撮影します
 ※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
 ・前立腺がん検診(PSA検査) [¥] 集団健診とセット:1,000円、単独:1,500円
 ・骨粗しょう症検診 [¥] 1,000円
 ・肝炎ウイルス検査 [¥] 無料 [対象] 40歳以上(令和4年3月末時点)で検査を受けたことがない人
 ・風しん抗体検査 [¥] 無料 [対象] 風しんクーポン券をお持ちの人(本人確認書類必要)
[問] 神戸市けんしん案内センター ☎262-1163 FAX262-1165
 ※電話受付時間8:30~17:00(土・日曜、祝日、12月29日(水)~1月4日(火)を除く)
 ・新型コロナウイルス感染症の状況により健診が中止となる可能性があります
 ・最新の情報は市ホームページの健診のページにてご確認ください

各種無料相談

市民法律相談 [定員20人・予約制]
 ① 毎週火曜(祝日休)
 ② 区役所4階403会議室
 ③ 相談希望日の前週水曜~当日④へ(受付時間9:00~21:00、当日14:00まで)
 ④ 市総合コールセンター ☎333-3330 ☎0570-083330 FAX333-3314
行政相談 [予約不要]
 ① 毎月第3月曜(祝日休)13:00~15:00
 ② 区役所4階403会議室と北須磨支所4階
 ③ 兵庫行政評価事務所 ☎331-9096 FAX333-7919
心配ごと相談
 ① 毎月第1・3火曜(祝日休)13:00~14:30
 ② 区役所3階 区社会福祉協議会
 ③ 区社会福祉協議会 ☎731-4341(内312) FAX733-2533
子育て支援の相談
 ④ 区子ども家庭支援室 ☎731-8080
 支所子ども家庭支援室 ☎793-8080
成年後見制度の利用手続き相談室
 ① 毎月第2火曜(祝日休)13:30~15:30
 ② 区役所3階 区社会福祉協議会
 ③ 区社会福祉協議会 ☎731-4341(内312) FAX733-2533
 ※新型コロナウイルス感染症対策のため、電話相談等に変更する場合があります。
ひきこもり相談会 [予約制]
 ① 12月14日(火)、1月11日(火)
 ② 12月28日(火)、1月25日(火)
 ③ ①須磨区役所 ②北須磨支所
 ④ 相談希望日の前日までに④へ
 ⑤ 神戸ひきこもり支援室 ☎#8900または361-3521 FAX361-2573

