

運営できる法人その他団体
▼募集要項 8月24日以降、播磨町のホームページよりダウンロードしてください
 ※必要書類などは募集要項でご確認ください。
▼受付期間 9月23日(水)～30日(水) 午後5時まで(土・日曜日を除く)
▼選考方法 書類審査及び面接審査
▼問合せ 土木グループ ☎079(435)2365



健康講座 (運動)
▼日時 9月16日(水) 午前10時～11時30分
▼場所 健康いきいきセンター 1階 3階大会議室
 ※駐車場(有料100円)には限りがあります。健康のため、徒歩か自転車でお越しください。
▼内容 筋力トレーニング、ストレッチ、有酸素運動
▼対象 町民
▼定員 定員20人
▼費用 無料

▼持ち物 汗拭き用タオル、水分補給できるもの、動きやすい服装でお越しください
▼申込み・問合せ 事前の申し込みが必要ですが、すこやか環境グループ ☎079(435)2611
プチダイエット教室
 昨年の参加者からは「見た目にも体が引き締まった」「細かく個別に指導が受けられて、ぜいたくな教室でした」と好評でした。この教室で男性も女性も3カ月間のプチダイエットをしませんか？お仕事などで昼間の教室には参加できない人にも参加しやすい時間での開催です。
▼日程 10月7日(水)～12月23日(水) 毎週水曜日
▼時間 午後7時45分～8時30分
▼場所 健康いきいきセンター 3階大会議室
 ※駐車場(有料100円)には限りがあります。健康のため、徒歩か自転車でお越しください。



▼内容 筋力トレーニング、ストレッチ、ヨガ、ダンス、エアロビクスなど
▼講師 健康いきいきセンタートレーナー
▼対象 40～64歳の播磨町民
▼定員 20人
▼費用 3千円
 ※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 汗拭き用タオル、水分補給できるもの、動きやすい服装でお越しください
▼申込み・問合せ 健康いきいきセンター ☎079(435)5578



生活習慣病講演会
～血圧・動脈硬化度測定もありません～
▼開催日 9月24日(水)
▼場所 健康いきいきセンター 3階
 ※駐車場(有料100円)には限りがあります。健康のため、徒歩か自転車でお越しください。



	時間	内容
午前部	10:00～13:30	・血圧、動脈硬化度測定* ・保健師、管理栄養士、歯科衛生士による相談(希望者のみ)
	13:30～14:30	・生活習慣病講演会 「しなやかな血管で健康長寿～いつまでも血管を若く保つ秘訣～」 ▶講師 河島哲也(かわしま内科クリニック 医師)
午後部	14:30～14:50	・医師、保健師、管理栄養士、歯科衛生士による相談(希望者のみ)
	14:30～16:00	・血圧、動脈硬化度測定* ・保健師、管理栄養士、歯科衛生士による相談(希望者のみ)

*血圧・動脈硬化度測定とは、血圧測定の方法で血圧値と共に動脈硬化の硬化度を測定します。

▼申込み・問合せ 測定講演会ともに事前予約制です。すこやか環境グループまでお申し込みください
 すこやか環境グループ ☎079(435)2611
保健
肝炎無料受診券をお持ちの人へ「生活習慣病講演会」の前に、肝炎検査及び胃がんリスク検査を実施します
▼日時 9月24日(水) 午後1時～1時30分
▼場所 健康いきいきセンター 3階 ロビー
 ※駐車場(有料100円)には限りがあります。健康のため、徒歩か自転車でお越しください。
▼対象 肝炎検査無料受診券が届いた人、胃がんリスク検査は、過去に受けたことがない人
▼持ち物 肝炎無料受診券、健康保険証
 ※マスクの着用をお願いします。
▼申込み(予約) 加古川

▼時間・内容 表のとおり
▼対象 播磨町民
▼定員 血圧・動脈硬化度測定 1時間あたり10人 講演会 50人
▼費用 無料
▼持ち物 筆記用具、個別相談を希望の人は、食事記録、健診結果(検査結果)
 ※マスクの着用をお願いします。

町内で健診が受けられます



▶日程・場所 9月12日(土)中央公民館
▶健診(検査)内容・対象・費用
 年齢は令和3年3月31日時点

健診・検査	内容	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
前立腺がん検診(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	40～75歳の播磨町国民健康保険加入者	無料
後期高齢者健診	後期高齢者医療加入者で生活習慣病の治療を受けていない人	無料
健康診査	30歳～39歳	1,000円
若い世代の血液検査	健診機会のない20～39歳	無料

★がついているものについて、65歳以上の人は無料です。(手続き不要)

●健診費用の免除

- 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)

①・②のいずれかに属する人は、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。

※前立腺がんについては、検診料金の免除はありません。

▶すべての申込み

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

▶申込み以外の問合せ

すこやか環境グループ ☎079(435)2611

総合保健センターに平日午前8時30分～午後5時に、電話でお申し込みください
 加古川総合保健センター ☎079(429)2923
10月1日からロタウイルス感染症の予防接種が定期接種になります
 生後14週6日までに初回の接種を行います。生後15週以降の接種はおすすめ

めしていません。詳しくは、対象者に送付する案内書類をご確認ください。
▼対象者 令和2年8月1日以後に生まれた人
 ※対象者には、予防接種券及び予診票を郵送します。
▼申込み・問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

健康ポイントを集めてみませんか?
 播磨町では、楽しみながら健康づくりに取り組んでもらえるよう「健康ポイント」制度を実施しています。ポイントを集めれば、先着300人に景品をプレゼントします。
 特定健診やがん検診を受けるほか、健康相談や健康

教室への参加などでポイントがもらえます。
 このマークが目印です

9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	9月8日(火) 9:30～11:15	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)
栄養相談	9月17日(木) 13:30～15:15 福祉会館		

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 9月14日(月)、28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 9月9日(水)、23日(水) 9:10～10:00
▶申込み 健康管理課 ☎079(422)0002
- 専門栄養相談**
▶日時 9月16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 日曜日・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ますので、不急の人はご遠慮ください。

料理教室を中止します いずみ会料理教室、男性料理教室、子育てママの料理教室は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、3月末まで開催を中止します。
▶問合せ すこやか環境グループ ☎079(435)2611

播磨町で 子育てしよう

北部子育て支援センター 子育て講座 ベビーマッサージ

ホホバオイルを使ったベビーマッサージです。ママの温かい手のぬくもりと優しい声で赤ちゃんの心と体をリラクセスさせてあげながら、お母さんもゆったりとした時間を過ごしませんか。

▼日時 9月24日(火)
午前10時～10時50分

▼場所 北部子育て支援センター

▼講師 滝川美紀

▼定員 先着10組

▼対象 令和元年12月～令和2年3月生の乳児とその保護者

▼費用 オイル代200円

▼持ち物 バスタオル、水分補給できる飲み物

▼申込み・問合せ 9月1



日(火)午前9時から受け付けます。費用を添えて申し込んでください(電話での申し込みは不可)

※初めての人を優先させていただきます。

北部子育て支援センター
☎078(944)0717

※駐車場が少ないので、徒歩か自転車でお越しください。

南部子育て支援センター 北部子育て支援センター 子育て講座

歯のはなし

歯科衛生士による、歯のはなしです。子どもたちにもわかりやすい内容です。ぜひ、参加してください。

※新型コロナウイルス感染症予防対策として、時間の短縮と、定員の削減をして実施します。



●南部子育て支援センター
▼日時 9月29日(火)
午前10時～10時50分

▼定員 先着7組

●北部子育て支援センター
▼日時 9月17日(木)
午前10時～10時50分

▼定員 先着10組

【両センター共通】

▼対象 町内在住のおおむね1歳から3歳の子どもとその保護者

▼持ち物 タオル、お茶

▼申込み・問合せ 9月1日(火)午前9時から電話または直接受け付けます

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

※駐車場が少ないので、徒歩か自転車でお越しください。

地域みんなで子育て 播磨町ファミリーサポートセンター

▼会員登録・問合せ 播磨町ファミリーサポートセンター(北部子育て支援センター内(西野添2丁目10番34号))
☎078(944)0717

▼受付時間 午前9時～午後5時(日曜日、祝日を除く)

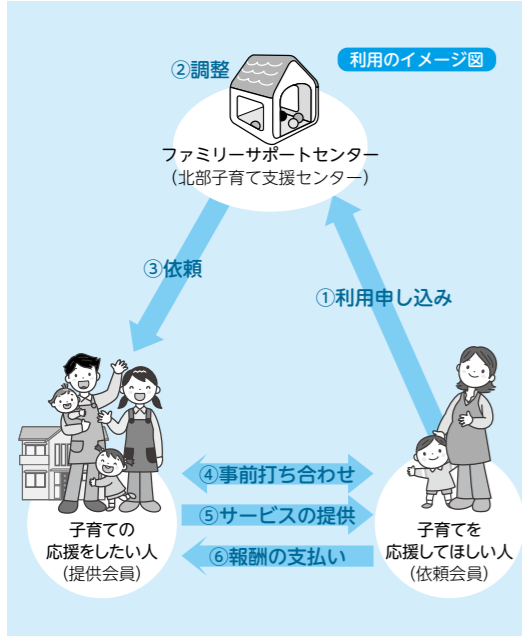
ファミリーサポートセンターは、「子育てを応援してほしい人」と「子育ての応援をしたい人」を会員として、互いに子育てを支え合う「子育て相互援助活動」を支援し、地域の子育て支援活動の推進を図ることを目的としています。

▼会員の条件

▼依頼会員
子育てを応援してほしい人
町内在住または在勤で、原則0歳(生後6カ月)から小学校6年生以下の子どもを養育されている人。

提供会員

▼子育ての応援をしたい人
町内在住で、心身ともに健康で援助活動に熱意をお持ちの人。
※提供会員の登録には、所定の講習の受講が必要です。



▶利用料金 子ども1人あたりの利用料金

区分	最初の1時間	1時間を超える場合
月～金曜日 7:00～19:00 ※祝日・年末年始を除く	600円	300円/30分ごと
月～金曜日 19:00～20:00 及び土・日曜日、祝日、年末年始	700円	350円/30分ごと

※初回の提供会員との面接時にも料金は発生します。
※兄弟姉妹などで利用する場合、2人目からは利用料金の半額を加算します。
※取り消す場合には、取消料が生じますのでご注意ください。

▼援助活動の内容

- ・保育所や幼稚園の送迎
- ・保育所、幼稚園、学校が終わってから保護者帰宅までの時間
- ・学校行事や仕事の都合など、ちょっとした用事の時
- ・保護者の買い物や通院およびリフレッシュしたい時など

※子どもを預かる場所は、原則、提供会員の自宅です。(宿泊不可)

※原則、病気の子どもについては預かりはできません。
※場合によっては、調整できないこともあります。予めご了承ください。

ファミリーサポートセンター提供会員(子育ての応援をしたい人)講習の参加者募集

ファミリーサポートセンター提供会員として、登録に必要な講習会を実施します。講習会を受講いただきますと、提供会員としてファミリーサポートセンターに登録できます。ぜひ、あなたの経験を活かしてみませんか。

- ▶場所 南部・北部子育て支援センター
- ▶受講資格 町内在住で、心身ともに健康で援助活動に熱意をお持ちの人
- ▶定員 先着10人 ▶費用 無料
- ▶申込期間 9月1日(火)～8日(火)
- ▶申込み・問合せ 北部子育て支援センター ☎078(944)0717

「養成講座受講後すぐに自宅で預かるのは少し不安」など、心配なことや気になることはファミリーサポートセンターにどんどんお尋ねください。

▶提供会員さんの声
「預かったことのある子どもさんと町で出会った時、声を掛けてくれたり、大きく成長した姿を見たときはとても嬉しいです。」

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止または変更になる場合があります。

▶日時・内容 下表のとおり

回	日時	内容	場所
第1回	9月18日(金) 10:00～12:00	求められる援助と安全な預かり(事例を使って)	北部子育て支援センター
第2回	9月29日(火) 10:00～12:00	「脳活習慣のすすめ」 講師：豊田友子	北部子育て支援センター
第3回	10月5日(月) 10:00～12:00	「はじめて出会う子どもたちと仲良しになれる魔法の歌・わらべうたあそび」 講師：木村雅子	北部子育て支援センター
第4回	10月19日(月) 10:00～12:00	子どもの病気や起きやすい事故及び子どもの食事について	南部子育て支援センター
第5回	10月27日(火) 10:00～12:00	救急講習、心肺蘇生法の実践	南部子育て支援センター
第6回	11月6日(金) 10:00～12:00	「不安をなくしてお子さまと楽しく遊べる環境づくり」 講師：大西有美	北部子育て支援センター

子育て支援センター わくわくニコニコ9月の予定

	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) 令和2年4月2日～	わくわくさろん 新型コロナウイルス感染症予防対策として、1組ずつ、セルフで身長・体重の計測のみ行います。予約が必要です。	ニコニコさろん 新型コロナウイルス感染症予防対策として、1組ずつ、セルフで身長・体重の計測のみ行います。予約が必要です。
よちよち(0歳児) 平成31年4月2日～ 令和2年4月1日生	▶日時 9月7日(月)～12日(土) 9:00～10:20、10:30～12:00 ▶申込み 9月1日(火)午前9時から電話または直接受け付けます ▶持ち物 タオル(大1枚、小1枚)	▶日時 9月7日(月)～12日(土) 9:00～10:20、10:30～12:00 ▶申込み 9月1日(火)午前9時から電話または直接受け付けます ▶持ち物 タオル(大1枚、小1枚)

▶対象 町内在住の人
※動きやすい服装でお越しください。
※駐車場が少ないので、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。
▶申込み・問合せ 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

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止または変更になる場合があります。