

お知らせ

展示「図書館 de ビンゴ！」

夏に実施していた読んだ本で枠を埋める
ビンゴゲームの結果を本と一緒に展示します。

📅 10月2日～12月2日

◎こども向け上映会

📅 10月31日 (土) 11:00 ~ 12:20

所 中央公民館

☑ アニメ映画「レスキューせんエリア
スと海ではたらく仲間たち」

◎移動図書館 **イナくるっと号** 巡回予定

コース	ステーション名	曜日	時間帯	巡 回 日					
				10月	11月	12月	1月	2月	3月
A	柏原公民館	水	14:00 ~ 14:25	7	4	2	6	3	3
	消防署北出張所		14:40 ~ 15:05						
	大島わはは小屋跡		15:25 ~ 16:00						
B	楊津小学校	火	13:40 ~ 15:30	6	10	15	19	16	9
C	大島小学校	金	13:30 ~ 15:05	16	13	11	15	12	12
D	杉生自治会館	水	14:00 ~ 14:20	14	11	9	13	10	10
	朽原公会堂		14:45 ~ 15:20						
E	伏見池公園前	金	14:20 ~ 15:05	23	27	25	22	26	26
	東山公園		15:45 ~ 16:15						



ねぞうプロレス

ひらぎみつえ / 作・絵 教育画劇

さあ、今夜も「ねぞうプロレス」の時間がやってきました！寝相の悪いゆうくんの予想外の動きで、安眠を脅かされるお父さんとお母さん。

ふとんにもぐりこむ「ふとんトンネル」、足で顔を押し「ふんだりけったりキック」など、ゆうくんから繰りだされる大技の数々。それでも川の字で寄り添って眠る姿に、家族の温かさを感じる絵本です。

【幼児～・32 ページ】

2つの「10」で「ふ(2)と(10)ん」と読む語呂合わせから、10月10日は「ふとんの日」。良質な睡眠と、それを支える布団の正しい知識を広めることを目的に制定されたそうです。

とにかくぐっすり眠りたい
老舗ふとん店の12代目がこっそり教える
快眠法60

おとまるや きゅうべえ
乙丸屋 久兵衛 / 著 ダイヤモンド社

睡眠になんらかの不満を抱えている人は案外多いもの。なかなか寝付けない、熟睡できず夜中に何度も目が覚める、イビキや無呼吸が心配…。そんな悩みの数々を寝具で解消する方法を、金沢の老舗布団屋の店主が伝授してくれます。本書を参考に布団の正しい取り扱い方や、枕の高さを見直すことで長年の悩みが改善するかもしれません。

【一般・255 ページ】



お知らせ

◎高齢者の感染症定期予防接種

内 国 外 季節性インフルエンザ（令和9年1月31日まで）＝1,500円、**新型コロナウイルス**（10月1日～令和9年1月31日まで）＝8,000円

対 本町に住民登録がある 65 歳以上の人など

【他】 接種方法＝町または阪神 7 市の指定医療機関に直接予約のうえ接種※上記以外での接種を希望する人は、保健センターへ要事前手続き

◎ 10月17日から23日は「薬と健康の週間」

自身の使用する薬を記録する「おくすり手帳」を持ちましょう。

◆あなたの薬の情報を、的確に伝えることができます ◆薬の重複投与の防止や相互作用の確認ができます※薬については専門家にご相談ください

健診・相談などのお知らせ

★印…予約・申込が必要

種 別	内 容	受付時間・ところ
3・4か月児健康診査	問診、身体計測、診察など 対 令和8年5月5日～7月6日生まれの人	21日(水) 13:15～ 個別に通知
3歳児健康診査	問診、身体計測、診察、歯科健診など 対 令和5年4月6日～5月31日生まれの人	15日(木) 13:15～ 個別に通知
★すくすく相談	乳幼児の身長および体重測定・育児に関する相談 定 10組	20日(火) 9:30～11:30 個別に時間指定
★もぐもぐ教室	管理栄養士による離乳中期における離乳食メニューの作り方や紹介 定 10組	27日(火) 10:00～11:30
★マタニティクラス 「いなひよクラス」	出産・産後の話、赤ちゃんの話、調乳・沐浴実習、妊婦体験 対 妊娠16週以降の妊婦、パートナー、出産後育児に関わる予定の人	11月11日(水) 13:30～ 16:30
★オーラルフレイル健診	問診、機器による測定(舌圧、滑舌・舌口唇運動機能、口腔乾燥)、 口腔内診査、歯科医師による結果説明など 対 50歳以上の人 定 20人程度	14日(水) 13:15～14:45
★健康相談	血圧測定、検尿、生活指導、医師(内・外科)による相談など 前立腺がん検診 (定) 10人 料 1,000円 肝炎ウイルス検査 (定) 10人 料 1,000円	16日(金) 13:30～14:15

種 別	内 容
妊婦健康診査費助成	医療機関で受診する妊婦健康診査に対し一部助成※要事前申請 ¥ 20,000 円上限 2 回、8,000 円上限 4 回、5,000 円上限 8 回の合計 14 回
新生児聴覚検査費助成	出生後、新生児聴覚検査に対し初回検査に限り一部助成※要事前申請 ¥ ABR(AABR) 上限 5,000 円、OAE 上限 3,000 円
産婦健康診査費助成	医療機関で受診する産婦健康診査に対し一部助成※要事前申請 ¥ 5,000 円上限 2 回、出産後 8 週以内に受診
1 か月児健康診査費助成	医療機関で受診する 1 か月児健康診査に対し一部助成※要事前申請 ¥ 6,000 円上限 1 回、出生後 27 日を超えかつ生後 6 週間未満に受診
個別歯科健診・妊婦歯科健診	個別歯科健診（20 歳以上・年度内 1 回）、妊婦歯科健診（要無料受診券） 印 受診希望者は川西市歯科医師会会員医療機関に電話予約のうえ受診
川西市歯科医師会立 訪問歯科センター	歯科医師や歯科衛生士が、歯科治療で通院が困難な人（要介護者・寝たきり状態など）の自宅を訪問し、治療や口腔ケアなどを実施 ¥ 費用負担あり 印 同センター（☎ 757 - 0418、月～金曜日 9:00 ～ 17:00）
いながわ健康・医療相談 ほっとライン 24	救急時の相談、健康相談、医療相談に看護師、保健師、医師が 24 時間無料で対応 （☎ 0120 - 024 - 995）

【定期予防接種】年間を通じて個別接種を実施 ※詳細はホームページ

RS、ロタウイルス、B型肝炎、ヒブ、小児用肺炎球菌、五種混合、BCG、MR、^{すいとう}水痘、日本脳炎、子宮頸がん（HPV）、高齢者用肺炎球菌、帯状疱疹、高齢者インフルエンザ・コロナウイルス（10月～1月）

