

地域子育て支援センターの親子講座・発達相談



情報は  
ココから



■対象 未就学児と保護者

支援センター	講座	日時	申込	その他
希望ヶ丘こども園 ☎56-2881 FAX56-2912	寝姿アート(春)	3/19(火) 9:30~11:30	なし	
大坪保育園 ☎51-1478 FAX51-1486	親子ヨガ	3/19(火) 10:30~11:30	なし	
平和ヶ丘保育園 ☎39-3377 FAX39-3447	親子体操教室	3/20(水) 11:00~11:30	なし	【対象】一人歩きができる子ども【託児】あり
加江田保育園 ☎65-0067 FAX65-0131	英語であそぼう	3/22(金) 11:00~11:30	なし	
高岡 ☎82-5294 FAX82-5401	キッズイングリッシュ	3/22(金) 10:30~11:30	【申込】3/1(金)~20(水) 来所のみ 【定員】10組	【対象】1歳以上
島之内保育園 ☎39-0694 FAX39-0735	お楽しみシアター	3/26(火) 11:10~11:25	なし	
おひさま保育園 ☎26-5252 FAX26-5217	身長・体重測定	3/26(火)~28(木) 10:30~11:30	なし	
みやざき ☎・FAX25-2050	骨盤セラピー	3/28(木) 10:30~11:30	【申込】3/13(水)~27(水) 来所のみ 【定員】12組	【対象】1歳未満
あおぞら保育園 ☎65-5800 FAX25-6852	親子で音遊び	4/18(木) 10:00~11:30	【締切】4/11(木) 【定員】12組	【対象】2歳~3歳6ヵ月まで【準備】動きやすい服装、水分補給用の飲み物
跡江保育所 ☎48-1523 FAX48-1511	元気に遊ぼう!こいのぼり運動会!	4/22(月) 10:30~11:30	【締切】4/19(金) 【定員】15組	

[問] 子育て支援課 ☎21-1765 FAX27-0752

児童手当の手続きをお忘れなく

- 受給者が宮崎市へ転入したとき・市外へ転出するとき
- 出生など、子どもが増えたとき
- 受給者が婚姻または離婚したとき・子どもと別居したとき
- 受給者が公務員になったとき・公務員を退職したとき

手続きが遅れると、受給できない期間や過払い分の返納が発生する場合がありますのでご注意ください。詳しくは市ホームページに掲載しています。

■ 場所 保育幼稚園課、総合支所地域市民福祉課

[問] 保育幼稚園課 ☎42-7965 FAX27-0712

認可保育施設利用申込締め切り日の変更

2019年5月以降入所の申込締め切り日が、利用希望月の前月10日までに変わります(10日が土日・祝日の場合はその前の開庁日)。市ホームページでの空き状況の公開は、利用希望月の前々月の25日からになります。

■ 対象 保護者が就労、就学、産前産後、病気などにより、保育を必要とする市内在住の乳幼児

■ 申込 利用申込書と必要書類を保育幼稚園課または総合支所地域市民福祉課へ

[問] 保育幼稚園課 ☎21-1774 FAX27-0712

精神科医による  
「こころの健康相談」

こころの健康に関する悩みや問題を抱える本人・家族の相談に応じます。既に精神科に通院している人は、主治医にご相談ください。

■ 日時 3月28日(木) 13:30、14:30、15:30  
(定員3組、各50分程度)

■ 場所 市保健所  
■ 申込 前日までに電話で健康支援課へ

[問] 健康支援課 ☎29-5286  
FAX29-5208



3月1日~8日は  
「女性の健康週間」

女性には、子宮がん・乳がんの予防や早期発見、妊娠中の喫煙や受動喫煙による胎児も含めた身体への影響など、特有の健康問題があります。生涯を通して、健康で充実した日々を過ごすために、女性の健康について考えてみませんか。

■ 特設コーナー 市保健所および宮崎市立図書館で、乳がん触診モデルの展示やポスターの掲示をします。

■ 期間 市保健所は3月1日(金)~29日(金)※土日・祝日を除く。宮崎市立図書館は3月1日(金)~25日(月)※火曜休館

■ がん検診 子宮がん(20歳以上)、乳がん(30歳以上)。いずれも市内在住の女性が対象。3月31日(日)まで

[問] 健康支援課 ☎29-5286 FAX29-5208

点訳・音訳ボランティア  
養成講習会

■ 対象 講習終了後にボランティア活動が可能で、点訳についてはパソコンを持参できる人、音訳についてはパソコンの操作ができる人

■ 日程 5月~2020年3月 13:30~15:30  
点訳 第2・4火曜、音訳 第1・3金曜

■ 場所 県立視覚障害者センター(江平西2-1-20)

■ 料金 無料(テキスト代は実費負担)

■ 事前説明会 点訳 4月16日(火)、音訳 4月12日(金)  
いずれも13:30から

■ 申込 3月31日(日)までに電話またはFAXで同センターへ(水曜・祝日を除く)

[問] 県立視覚障害者センター ☎22-5670 FAX38-8730  
障がい福祉課 ☎21-1772 FAX21-1776

腎臓のための栄養相談

慢性腎臓病(CKD)の発症予防と重症化予防に役立てていただくため、毎月1回、栄養士による個別相談を行っています。

■ 対象 市内在住の人

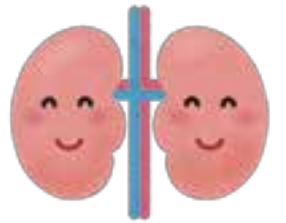
■ 日時 3月18日(月) 9:00~16:30

■ 場所 市保健所

■ 料金 無料

■ 申込 3月15日(金)までに電話で健康支援課へ

[問] 健康支援課 ☎29-5286  
FAX29-5208



協会けんぽ宮崎支部より加入者の皆様へ、保険料率変更のご案内 広告

平成31年3月分(4月納付分)以降	
健康保険料率	9.97% → 10.02%
介護保険料率	1.57% → 1.73%

都道府県支部別に「引上げ」「引下げ」「据え置き」の3種類の改定があります。当支部では医療費支出の伸びが大きかったこと等から、「引上げ」になります。皆さまのご理解とご協力を願ひ申し上げます。

加入者お一人おひとりの健康が保険料率の上昇を抑える大きな力になります。

お手元の保険証をご確認ください!  
協会けんぽの保険証(水色)

保険証の下、保険者名称欄に記載されている支部名が、ご加入されている支部です。

全国健康保険協会 宮崎支部 電話:0985-35-5364(代表) (受付時間/平日8:30~17:15) ◆詳しくは、協会けんぽHPをご確認ください。 協会けんぽ 検索

※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などのお問い合わせは、直接広告主へお願いします。

相談窓口

こころの悩み	こころのダイヤル [相談日時]月・水・金・日曜20:00~23:00 [問]宮崎自殺防止センター ☎77-9090 [相談日時]火・木・土曜19:00~23:00 [問]ライフネット宮崎 ☎28-2555
人間関係	DV・セクハラなどの電話相談 [相談日時]月・水・木・土・日曜9:00~17:00(受付16:30まで) 金曜13:00~21:00(受付20:30まで) 火曜、祝日、年末年始を除く [問]宮崎市男女共同参画センター「パレット」 ☎25-2057 FAX25-2056
虐待など	児童虐待の相談 [問]子育て支援課 子ども相談室 ☎21-1766 FAX27-0752 高齢者虐待の相談 [問]介護保険課 ☎21-1777 FAX31-6337 または地域包括支援センター 障がい者虐待の相談 [問]障がい福祉課 ☎21-1772 FAX21-1776 または市障がい者総合サポートセンター ☎63-2688 FAX53-5540 [相談日時]すべて月~金曜8:30~17:15(祝・休日、年末年始を除く)

市では、弁護士による法律相談などさまざまな相談を受け付けています。詳しくは市ホームページからも確認できます。

