

灘

居場所に参加

居るだけでいい、ほっとする場。
誰もが主役、だれもが担い手。
そんな心地いい所です。



社会と
つながる

地域を
思う気持ち



寄付

あなたの「想い」が、
「誰かの」・「地域の」
しあわせにつながります。



やりがい
を感じる

行動すれば、灘をもっと好きになる

自分にできることで つながってみよう

ボランティアを してみたい

あなたの「やってみたい」・「特
技・得意なこと」が、「誰かの」・
「地域の」笑顔につながります。

【問】ボランティアセンター
☎843-7040

赤い羽根共同募金

って何？

灘を良くするための募金。
あなたの「想い」が灘の福
祉につながります。



応援の
おすそ分け

地域や社会とのつながりが薄い人も、

寂しさや生きづらさを抱えた人もいろんな人を包み込む、地域の力。

誰かを「思う」気持ちを「カタチ」にしてみませんか。

企業による
地域貢献が
ひろがる



協力・提供

企業や学校なども、
福祉活動への
場所の提供などで、
地域とつながっています。



学生の協力が
こともを
笑顔にする

善意銀行って何？

あなたの「想い(金銭・物
品)」をお預かりし、あなた
の「想い」を必要としてい
るところへつなげます。

あなたの「想い」・「やってみたい」・「特技・得意
なこと」と、「誰かの」・「地域の」「つながりたい」
との出会いが地域福祉活動になります。まずは、
つながる第一歩を。



区社会福祉協議会
森 事業推進課長

【問】地域福祉活動に関するご相談 区社会福祉協議会 ☎ 413

お問い合わせはこちら ▶



10月~
11月

「なだふくしフェスタ」開催!

「なだくがつながる。なだくをつなげる」をテーマに、
区内各所で福祉にまつわる催しが行われます。

詳細はこちら ▶



灘区にこの人あり

今月のなだびと

第18回

廣兼響子さん

(障がいのある青年の生涯学習支援会)



学生と障がいのある青年が ともにつくる居場所

区内で活躍する「なだびと」を紹介します。第18回は、
学生団体が障がいのある青年の居場所づくりを支える
活動をしている廣兼さんにお話を伺いました。

どんな活動をされているんですか？

地域の方々と学生ボランティアが一緒になって、障がいの
ある青年たちがより豊かに生きていけるようサポートをして
います。活動は企画・準備・実施まで青年たちと話し合い
ながら一緒に進めています。今年度は神戸まつりや博物館
に遊びに行ったり、ハロウィンパーティーやクリスマス会
のような季節行事を楽しんだりする
計画を立てました。童心に帰っ
たような遊びも多く、参加者と年
齢が近いこともあって友達と遊
ぶような感覚で楽しく活動して
います。



この活動をしてよかったと思うことは ありますか？

外で辛い経験をしたときにこの活動で知り合った方に支えて

もらい、活動を通じて人とのつながりや自分の居場所ができて
いると感じたときにそう思いました。

また、私たちが苦手なことを青年たちが助けてくれるなど、互
いに苦手な部分を補いあいながら活動することができていま
す。私たちだけでなく、青年たちも自分たちの居場所・自分た
ちの活動だと思ってもらっていると感じられるのが嬉しいです。

今後は活動をどのようにしていきたいですか？

参加者が増えることで、知り合いが増えて活動がより楽しく
なるだけでなく、新しい取り組みにもつながるので、いろん
な方にもっと参加してもらえよう取り組んでいきたいです。
他の団体や地域の方とのつながりの中
で一緒に活動していけたらいいなと思っ
ています。Instagramでの発信も充実させ
ていきたいと思っているので、少しでも興味
のある方はぜひのぞいてみてください。



Instagram

記号の見方

☎ 電話番号 ☎ 内線番号 F FAX ☒ 電子メール

☎ 無料 ☒ 申込不要 ☎ 先着順 ☒ 抽選

灘区民スポーツまつり「家族うんどう会」を開催します (無) (申不)

子どもからお年寄りまで楽しめる区民運動会を開催します。パン食い競争や大玉ころがしなど、当日飛び入り参加できる種目もありますので、ぜひご来場ください。応援も大歓迎! 詳細は区HPをご確認ください。

- 日時** 10月29日(日)10:00~12:30(予定) ※雨天中止
- 場所** 六甲小学校グラウンド
- 主な種目** サッカードリブル、パン食い競争、大玉ころがし、100m 競争、紅白玉入れ、民踊など
- 問** 市総合コールセンター ☎



「シニア体力測定フェア」を開催します (無) (抽)

理学療法士による健康講座と、体力測定(握力・長座前屈・開眼片足立ち・10m障害物歩行など)を実施します。詳細は区HPをご確認ください。

- 日時** 11月9日(木)13:30~15:30
- 場所** 王子スポーツセンター主競技場
- 対象** 区内在住・在勤の60歳以上の方
- 申込** 区HPから申込。または申込用紙を持参・郵送・FAX(843-7034)で区地域協働課へ ☎ 10月20日(金)必着
- 問** 市総合コールセンター ☎



「灘区総合防災訓練」を開催します (無) (抽)

地震体験車やVRの災害模擬体験、消火器訓練、震災写真のパネル展示などを行います。この機会に防災意識を深めませんか?

- 日時** 11月4日(土)9:30~13:00 ※雨天時は内容変更又は中止
- 場所** 稗田小学校
- 対象** 区内在住の方
- 申込** 区HPから申込。10月15日(日)締切
- 問** 市総合コールセンター ☎



第19期「灘大学」を開講します(全6回)

灘のまちを知り、楽しく学ぶための講座です。10月~3月まで、毎月ユニークな講義を用意しています。

- 〈各講義テーマ〉※講義はZoomで行います
- ①灘の料理学—震災で消えた町中華、灘区の学校建築探訪
 - ②灘の水車と小水力発電
 - ③知られざるイノシシの棲
 - ④国宝桜ヶ丘銅鐸・銅戈の出土地について
 - ⑤五毛温泉から見た銭湯論 ⑥B面の灘を斬る
- 日時** ①10月14日(土)10:00~12:00
②以降は区HP等に掲載
 - 申込** WEB申込
 - 料金** 全講座セット3,500円。1講座ごと1,000円
 - 問** 「灘百選の会」事務局 ☎090-8826-2251



詳細・申込はこちら▶

「TALKING CIRCLE KOBE」を開催します (無) (抽)

「神戸といえばやっぱ○○!」「もっと△△したら神戸は面白くなる?」そんな皆さんの思いをもとに、将来につなげていきたい神戸の“まちの基本理念(基本構想)”を考えるワークショップです。

- 日時** 11月4日(土)10:00~12:00
- 場所** 神戸大学第2キャンパス眺望館
- 対象** 市内在住・在勤・在学の高校生以上の方
- 申込** 区HPから申込。10月27日(金)締切
- 問** 市総合コールセンター ☎



灘の浜小学校・灘さくら支援学校に「ふっQすいせん」が完成しました

「ふっQすいせん」とは、災害時の避難所となる学校や公園に整備している臨時給水栓です。水道管が地震で被災した場合でも優先的に復旧し、いち早く水が利用できるようになります。災害時は臨時給水拠点として地域の方々にご利用いただけます。



- 問** 水道局東部水道管理事務所 ☎797-5555 F 341-0124

「なだ星まつり」を開催します (無) (抽)

神戸大学天文研究会の学生が、星空や科学に関するクイズ、ドームを用いたプラネタリウム投影、星空観望会などを行います。楽しみながら星や宇宙にふれあいましょう!

- 日時** 11月4日(土)17:30~20:00
- 場所** 神戸大学六甲第2キャンパス
- 対象** 小学生以下の子どもと保護者
- 申込** WEB申込。10月21日(土)締切
- 問** 神戸大学天文研究会 星まつり係 ☎090-9283-2328 申込はこちら▶



「美かえるカラフルマルシェ」を開催します (無) (申不)

美かえるぬり絵、お面づくり、ペーパークラフト、レジンクラフトなどの楽しいワークショップをはじめ、地元グルメ&物販ブースなど、盛りだくさん。イベントに先だって美かえるスタンプラリー(先着でプレゼントあり)も実施します。

- 日時** 10月29日(日)11:00~16:00 ※材料がなくなり次第終了
スタンプラリーは10月1日(日)~29日(日)
- 場所** BBプラザ(岩屋中町4丁目2-7)
- 問** (株)シマブンコーポレーション ☎802-9311 詳細はこちら▶



灘区民ホール30周年イベント (先) ~オーケストラで!秋のファミリーコンサート~

地域の皆さまに管弦楽を身近に楽しんでいただくために、六甲フィルと灘区民ホールがお届けしているコンサートシリーズです。子どもも大人も、クラシックファンもオーケストラが初めてという方も、どうぞお楽しみください。

- 日時** 10月29日(日)14:00開演(13:15開場)
- 場所** 灘区民ホール5階大ホール
- 料金** 500円(自由席) **対象** 4歳以上
- 申込** 電話で **問** へ
- 問** 灘区民ホール ☎802-8555 F 802-9811

灘区役所 灘区社会福祉協議会

代表番号 843-7001
内線番号・FAXは各記事へ記載。内線番号を代表交換にお伝えください。
住所 〒657-8570(住所不要)

区HPから申込はこちら

▲区役所HP ▲区社会福祉協議会HP

子育て

おやこふらっとひろば 無(抽)

10月のイベント
20日(金)①ハーフバースデー
27日(金)②バースデー
30日(月)③ハロウィンパーティー
31日(火)④ハロウィンパーティー

対象 ①2023年4月生まれ②2022年10月生まれ③1歳未満④1~2歳児

妊婦さん向けの安産祈願イベントも実施しています。詳細は「問」へ

問 おやこふらっとひろば 843-7044 (9:00~17:00)

詳細・申込はこちら▶

赤ちゃんすこやかクラブ(全7回) 無(先)

日時 11月7日(火)~12月19日(火)間の毎週火曜日 10:30~11:20

場所 河原児童館

対象 生後4カ月~11カ月の子どもと保護者

申込 直接来館・電話・メールで「問」へ 10月10日(火)~申込開始

問 河原児童館 882-3886

申込はこちら▶

親子の学び教室 無(先)

(薬剤師によるお薬の話とクリスマス工作)

日時 11月10日(金)10:30~12:00

場所 灘区文化センター4階服飾室

対象 1歳~3歳までの幼児と保護者

申込 直接来館・電話・FAXで「問」へ 10月8日(日)~受付開始

問 灘区あじさい講座事務局 841-1796 821-6913

ベビーキャラバン 無(先)

日時 ①11月1日(水)②27日(月) 10:00~11:20

場所 ①岩屋青年会館 ②成徳地域福祉センター

申込はこちら▶

出前おやこ館 無(先)

日時 ①11月14日(火)②21日(火) 10:00~11:30

場所 ①親和女子高等学校・中学校多目的室 ②岩屋青年会館

申込はこちら▶

申込 電話かメールで「問」へ 10月10日(火)~受付開始

問 区社会福祉協議会 413 843-7077

灘図書館だより 無(先)

問 灘図書館 854-5560 851-4041

おはなし会

日時 10月15日(日)11:00~、11:30~
11月5日(日)14:00~14:30

ハロウィンおはなし会(ミニ工作付き)

日時 10月29日(日)15:00~15:40

一般向け映画会

「幕末相棒伝」
日時 10月22日(日)11:00~、14:00~

子供向け映画会

「リトル・ニンジャ 市松模様の逆襲」
日時 10月28日(土)14:00~

ナビダイヤル (0570)083-330

電話番号 333-3330

FAX 333-3314



神戸市
総合コールセンター
(年中無休 8:00~21:00)

講座

東部市場の料理教室 抽

日時 ①中華料理 10月24日(火)
②洋風料理 11月21日(火)
10:30~13:00

場所 中央卸売市場 東部市場

料金 各回1人2,000円

申込 WEB申込

①10月10日(火)締切
②11月7日(火)締切

問 市総合コールセンター CC

詳細・申込はこちら▶



区民健康講座 無(申不)先

便秘の四方山話 山田元先生

日時 11月2日(木)14:00~15:00

場所 区役所5階健康教育室 定員 70人

問 区保健福祉課

468 843-7018

災害ボランティア講座 無(抽)

日時 11月16日(木)14:00~15:30

場所 区役所4階大会議室

申込 電話・メールで「問」へ

11月8日(水)締切

問 灘区ボランティアセンター

(区社会福祉協議会内)

843-7040

843-7077

申込はこちら▶



不登校・ひきこもり家族教室 無(抽)

日時 11月16日(木)10:00~12:00

場所 東部住宅障害者福祉センター2階多目的室

申込 電話・FAX・メール(①氏名(ふりがな)

②住所③年齢④電話番号⑤メールアドレス⑥受講理由を記載)で「問」へ

11月14日(火)締切

問 区社会福祉協議会

412 843-7077

申込はこちら▶



その他

一緒に都賀川を清掃しませんか? 無(申不)

清掃用具は用意しており、途中参加も可能です。詳細は区HPをご確認ください。

日時 10月28日(土)9:30~10:30

※雨天・増水時は翌日開催

場所 都賀川公園(グルメシティ東側)

問 市総合コールセンター CC

善意銀行への預託ありがとうございました

・井上 久世(敬称略)

問 区社会福祉協議会

413 843-7077

保健だより

10月16日(月)~11月15日(水)実施分

市に気象警報が発表されている場合、中止の可能性あります

健康相談 無(予約制)

行事名	実施日・時間	場所
①栄養・健康相談	11月1日(水) 9:00~11:00	区役所5階
②精神保健福祉相談(医師)	10月23日(月)・11月14日(火) 13:30~15:00	区役所3階

問 区保健福祉課 466-467 843-7021

集団健診(後期高齢者・神戸市国民健康保険加入者の健康診査) 無(予約制)

検査内容	実施日・時間	場所
問診、身体計測、血圧測定、尿・血液検査(必要に応じて追加検査あり)	10月17日(火)・11月8日(水) 9:15~11:00	区役所5階
	10月21日(土)・11月5日(日) 9:15~11:00	兵庫県予防医学協会健診センター

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の人
②30歳および40歳以上の神戸市国民健康保険加入者(受診券は4月に郵送済です)

※39歳以下の方については受診要件があります。市HPをご確認ください

※生活保護受給者、特定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

申込 兵庫県予防医学協会予約受付センター

871-7758 871-8048

問 市けんしん案内センター

262-1163 262-1165

神戸けんしん

WEB予約サイト▶



その他のけんしん・検査(上記の集団健診会場であわせて実施) 予約不要 単独受診可

健診・検査名	対象	料金
結核健診(胸部X線撮影)	満15歳以上で受診機会のない人 ※石棉(アスベスト)による健康不安がある人は ぜひご利用ください	無料
肝炎ウイルス検査	40歳以上(2024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	クーポンをお持ちの人(本人確認書類が必要)	
骨粗しょう症検診	満40歳以上の男性・満18歳以上の女性	1,000円

問 市けんしん案内センター 262-1163 262-1165

各種相談

無

種類	実施日・時間/場所	申込・問い合わせ
市民法律相談(先)	日時 毎週金曜日12:00~15:30 (弁護士相談は13:00~) 場所 区役所会議室	申込 区HPから申込 A開催週の月曜から当日14:00まで B10月5日(木)~当日11:00まで 問 市総合コールセンター CC
税務相談(先)	日時 10月12日(木)13:00~16:00 場所 区役所6階601会議室	問 兵庫行政評価事務所 331-9096 333-7919
行政相談(申不)	日時 10月13日(金)10:00~12:00 場所 区役所3階302会議室	申込 前日までに電話・メールで「問」へ 問 神戸ひきこもり支援室(9:00~17:00) 8900または361-3521 hikikomori_shien@office.city.kobe.lg.jp
心配ごと相談所(申不)	日時 10月13日(金)13:30~15:00 場所 区役所6階603会議室	申込 ②10月10日(火)~前日の17:00までに 電話・メールで「問」へ 問 区社会福祉協議会 412 843-7077 contact@nadaku-shakyo.org
成年後見制度の利用手続き相談室(先)	日時 10月20日(金)13:30~15:30 場所 区役所6階603会議室	申込 各開始時間までに電話で「問」へ 問 株式会社バイエリア(9:00~17:00) 251-7307 261-2361
WEB申込等の二次元バーコードの読取が難しい方へ		
スマホ相談窓口(先)	日時 毎週火曜日14:00~17:00 場所 区役所1階情報コーナー	

お詫び

本誌8・9月号15面記載の「スマホ相談窓口」の問い合わせ先電話番号に一部誤りがありました。大変申し訳ございませんでした。