



# ビバ!ニュータウン

◆発行日/毎月第2水曜・第4水曜 ◆配布エリア/妙法寺・須磨NT・学園都市・西神南・西神NT 各全域 73,200部  
◆発行/NPO法人 ビバ・ニュータウン編集室 〒650-0023 神戸市中央区栄町通 3-6-7 大栄ビル  
TEL.078-321-5797(代) FAX.078-392-3423 E-mail info@vivanewtown.com http://www.vivanewtown.com

痛み・ケガの施術からリラクゼーションまで



## ゆう鍼灸整骨院

— 須磨 PATIO 健康館 —

訪問施術も承ります

受付時間 8:30~12:30 / 15:15~19:30

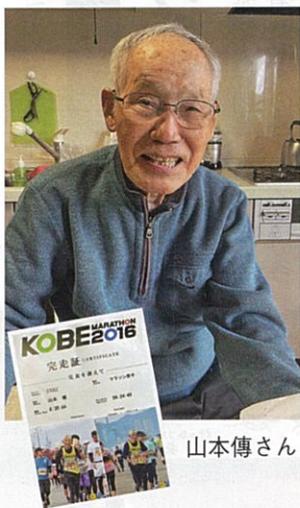
☎078-796-4222

気になる体のお悩みなどお気軽にご相談下さい!!

ホームページ



第2水曜



山本傳さん

## 元アスリートが認める 本格的なトレーニング

デイサービスのイメージにとらわれない 新しいトレーニング施設

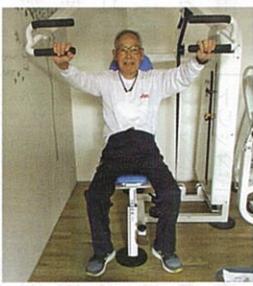
須磨区多井畑にあるデイサービス施設、機能訓練特化型カフェ+トレーニング「ISAI(イサイ)」に通う山本傳(つたえ)さん(92歳)は、マスターズ陸上日本記録保持者。2006年に全日本マスターズ選手権2千米メートル障害(75~79歳)で世界新記録を出し、今も国内で記録は破られていないという。

85歳でフルマラソンを完走するマラソンランナーでもあった山本さん。5年前

に山を走っている際に転倒し、頸椎損傷のため運動が出来なくなりました。家族の勧めもあり、今年3月から「ISAI」に通い始めた。デイサービスに通おうという施設を見て

「ISAI」は介護保険サービスを使うのが初めての人こそ利用してほしいと既存のイメージにとらわれない施設になっている。喫茶店に負けない豊富な飲み物を揃え、トレーニングでは専門の機能訓練指導員が親身になって指導。デイサービスに通うことで生活のリズムも整い、自ら体を動かして元気な毎日を送ることが出来るように「ISAI」はサポートする。

「ISAI」に通い始めて、週1回主にマシントレーニングを行い、自宅でもスクワットなど運動を続けた。今では白川台の自宅から名谷駅まで徒歩で向かうことが出来るという。かかりつけの医師から介護保険を使う必要はないと太鼓判をもらった。藤井さんは「ここに来ていなければ回復出来たか分からない」と笑顔で話した。

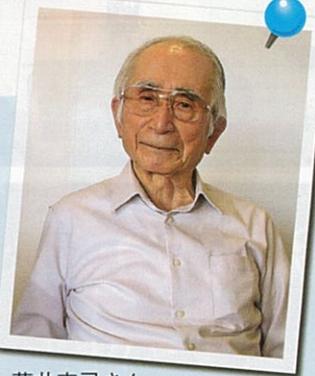


## マシン+プール+脳トレ 楽しくリハビリ!

プールでの専門的トレーニングが可能

須磨区白川台地区の「AQUS(アクス)」は温水プールが完備されたオシャレなデイサービス。プール指導員は、大手スポーツクラブ経験者や文化センター元講師、理学療法士など知識と経験を兼ね備えている。浮力を利用した身体への負担が少ない水中トレーニングは、膝や腰に痛みがある人にもおすすめ。プールの他に、マシント

レーニングや脳トレなど、一人ひとりに合わせたトレーニングメニューを作成。マシントレーニングのみの利用も可。入浴も完全個室で実施しており、利用者から「他人の目を気にせずゆっくり入浴できるから嬉しい」と評判。利用時間は2時間から7時間半まで選択出来る。



藤井克己さん

白川台に住む藤井克己さん(86歳)は「AQUS」で2年弱ほどのリハビリを経て今秋、同施設を卒業することになった。リウマチで入院し、退院後も手が満足に上がらなかったという藤井さん。医師の勧めで「

「AQUS」に通い始めて、週1回主にマシントレーニングを行い、自宅でもスクワットなど運動を続けた。今では白川台の自宅から名谷駅まで徒歩で向かうことが出来るという。かかりつけの医師から介護保険を使う必要はないと太鼓判をもらった。藤井さんは「ここに来ていなければ回復出来たか分からない」と笑顔で話した。

介護保険適用施設 機能訓練特化型 カフェ+トレーニング ISAI イサイ

〒654-0134 神戸市須磨区多井畑東町 2-1 ☎078-754-7150

営業日/月~金(土日祝、年末年始は休業) 営業時間/平日 9:00~16:30【半日(午前・午後) トレーニング】

介護保険適用施設 機能訓練特化型 デイサービス AQUS アクス

〒654-0111 神戸市須磨区車字仏坂 816 ☎078-741-0620

営業日/月~金(土日祝、お盆 8/13~15、年末年始は休業) 営業時間/平日 9:00~16:30【半日または1日 トレーニングを選択可】

見学相談随時受付 無料送迎サービス有 <https://isai-aqus.com> AQUS 神戸 検索

VIVA'S TOPICS P.5 リフォーム特集 P.6 ビバ・クーポン P.2 編集室のお役立ち情報 P.6 プレゼント P.7 インフォメーション P.8 みにみにあど・求人

2月 新年度開講!

2024年度の創学アカデミーの教育方針や講座内容をご説明します!

# 新年度説明会

小3~5の保護者対象

高い第一志望校合格率を維持する創学アカデミーの指導体制や最新の中学入試について詳しくご説明します。将来お子さまの中学受験をお考えの保護者の方はぜひご参加ください。

12/23(日)

会場 創学アカデミー各校

説明会ご参加の方には生徒とご家族からのメッセージ合格体験記「12歳の旅立ち」デジタルブックIDを進呈

2023年度版「12歳の旅立ち」

要予約 お申し込みはコチラ!

学年に応じて今取り組むべき学習を厳選した冬の特別講習を開講!

# 冬期講習

小1~6 12/20(水) 開講 小1~3は無料!

「中学受験を考えている」「いつから始めればいいのかわからない」そんな方にぜひオススメしたい特別講習です。

## 算数ひらめきパズル

小1~3 混合クラス 無料ご招待!

数字・図形パズルなどの問題に挑戦! “ひらめき”を体験する講座です!

12/23(土)

※開催時間は教室によって異なります

中学受験専門 Gakken Group

# 創学アカデミー

西神南校 ☎078-997-4129 明石校 ☎078-917-2206

教室受付時間/13:30~19:00(日・祝日除く) [www.sougaku-academy.jp](http://www.sougaku-academy.jp)

志望校別1単元集中講座 オンライン

小5 12/20(水) 算数 80分×1日

灘・甲陽 白陵 須磨学園 淳心学院 啓明学院

※オプション講座 ※単独受講不可

お申し込み詳細はコチラ!

※教材費別途

社会福祉法人友朋会  
特別養護老人ホーム 宙カミーン（須磨区神の谷）

# 神の谷コスモスクラブ楽遊会 マジックショー

10月12日（木）社会福祉法人友朋会 特別養護老人ホーム 宙カミーン（須磨区神の谷）にて神の谷コスモスクラブ楽遊会主催のマジックショーが開催され、施設利用者を含む約60人が参加した。



神の谷コスモスクラブは、スポーツ・文化行事、地域活動を通して高齢者が豊かな生活を送ることを目的とした自主的な組織。楽遊会は各活動部の垣根を超えて会員同士の親睦を深め交流を楽しむ場を設け、各部署による発表の機会



をつくる活動をしている。また、不定期で地域イベントを企画、開催している。当日のイベント会場となった宙カミーンは同クラブの活動拠点である神の谷地域福祉センターと隣同士の立地で、日頃より交流している。今回も会場を提供してもらい、ゆとりのある客席を確保できたという。

会員の山田國久さんと神戸市シルバーカレッジ・KSCマジッククラブOB仲間5人が3部構成で行った。第一部は、空の筒から次々と色の違うスカーフが出てくるマジック、手のひらからたくさん花が出てくるマジックなどを披露。舞台の上で新聞紙をビリビリ破ったのを見せた後、一瞬で元の一枚に戻すマジックには観客も引き込まれ、歓声と拍手を送った。第二部までの休憩中には、オリジナルの脳トレクイズ大会が行われた。「須磨区」「きれいな街」「福祉センター」「楽遊会」に共通する言葉は何かを当てる連想ゲーム（答えは「神の谷」）などに、観客も積極的に参加していた。

水の色が布を上から被せるたび色が変わるマジックなど。観客席からは「あっ」「おお」と驚きの声があがった。なかには仕掛けが上手くいかず会場に緊張が走るが、出演者の巧みなトークで一気に和やかなる場面も。観客から「がんばれ！」「応援のかけ声や、マジック成功で皆が一体となる盛り上がりを見せた。最後はリクエストに応じてマジックの種明かしもあったが、トリックを知っても手先の器用さに感心していた様子だった。施設を利用していただいている女性「驚きの連続でした。楽しかった」と話した。

## 編集室のお役立ち情報 よくかむことで脳を刺激、認知症予防に！ 名谷ステーションデンタル

須磨区中落合の名谷ステーションデンタル、新原秀人院長に「歯と認知症の関係」についてまとめてもらった。



新原 秀人 院長  
しんげん ひでと  
略歴/長田高校、大阪大学歯学部、京都大学大学院卒業後、現在名谷ステーションデンタル院長。医師は今年28年目を迎える。

歯は食べる、つまり噛み砕く機能があり、それが同時に食物をかむことによって、脳を刺激していることにはあまり知られていません。東北大学歯学部と医学部が70歳以上の高齢者に行った研究では、健康な人では平均14・9本の歯が残っていたのに、認知症の疑いがある人では9・4本しか残っていません。本しか残っていないと、脳が刺激されな

くなり、咀嚼によって中枢神経が刺激されることも少なくなり、アルツハイマー型認知症を引き起こしてしまう確率が高くなるのです。

また、奥歯を削りかみにくくしたマウスの歯を、セメントなどで修復すると、正常なマウスと同じ程度にまで記憶力が回復したという研究結果があります。歯がないと歯根膜がなくなるため、刺激が脳

には伝わりません。しかし、歯に代わる入れ歯や、インプラントなどの治療を行えば歯と同様の働きをすることが出来るのです。

皆さん、認知症にならずによくかんでおいしく食事をするために、気になる人は最寄りの歯科医院にご相談してください。

歯科 ● 矯正歯科 ● 小児歯科 ● 口腔外科  
**名谷ステーションデンタル**  
tete名谷 1階(地下鉄名谷駅北側)タクシー乗り場前  
診療時間 月・火・水・金/午前9:00~午後8:00 木・土/午前9:00~午後6:00 日・祝/午前10:00~午後6:00  
インターネット予約可 <http://haisha-yoyaku.jp/> 名谷ステーションデンタル 検索  
0120-889-814



左から山田國久さん、岩波義孝さん、西尾みさ子さん、田中剛さん、福永信夫さん、落田義隆さん

第二部と第三部で披露されたのは、透明の筒の中に3色のスカーフを詰めて少し振ると中から花が飛び出すマジック、ワイングラスの中にある

地域の暮らしを応援する活動活動をサポートする「まちづくりスポット神戸」が開設から10年となり、登録会員は100団体となった。登録団体による地域のさまざまな活動を広く知ってもらい体験してもらおうと、同イベントではワークショップのブースが数多く並び、どれも事前予約なしで体験することができた。また日頃の練習の成果を発揮



Stardust Project



演劇団体「和の木」

披露。スチールパンとはドラム缶から作られた音階のある打楽器で、ディズニーの名曲からピノキオの「星に願いを」、リトルマーメイドの「アンダー・ザ・シー」を演奏すると心地よい音色が会場に響き渡っていた。

ほかに、垂水消防団によるAED体験、苔テラリウムづくりや牛乳パック工作のワークショップも人気。手形アートでは手形を動物のモチーフにしてペンやシールで飾り付け。垂水区の田町永さんは「子どもの手形は今だけの手形なので記念になりますね」と話し、息子のそうたさん（年長）は手形を金魚や亀に見立てオリジナルバッグを完成させた。

地域のさまざまな団体の活動を知らせてもらうための体験イベント

まちづくりスポット神戸



田町永さん、そうたさん親子

プランチ神戸学園都市（垂水区小東山手）  
**みんなのフェスティバル**  
10月14日（土）、15日（日）の両日、プランチ神戸学園都市（垂水区小東山手）で「みんなのフェスティバル」が開催され、家族連れなど多くの人で賑わいを見せた。（主催/まちづくりスポット神戸）

できるステージ発表も行われ、2日間で43団体が参加した。14日は「体験！発見！マーケット」と題して、アロマクラフトやアイシングクッキー、木工工作のワークショップのほか、手作り雑貨や苔玉の販売、フレイル予防や介護相談カラー親子診断、プログラム体験など子どもから大人まで参加できる多岐にわたるブースが並び、どれも盛況だった。15日は「あつまれ！みんなのステージ&体験！発見！マーケット」と題し、ステージでは9団体によるダンスや演奏が披露された。あそびうたユニット「かば☆うま」の2人が登場すると子どもたちがステージ前に集まり一緒に歌やダンスを楽しんだ。演劇団体「和（なごみ）の木」は舞台を駆け回り熱演。「Stardust Project」はスチールパン演奏を披露。スチールパンとはドラ

**いでの眼科** 妙法寺駅前  
各種コンタクトレンズ取扱い  
URL <http://www.idei.info>  
診療時間 月 火 水 木 金 土  
午前 9:00-12:00 〇 〇 / 〇 〇 〇 1:00 まで  
午後 4:00-6:30 〇 〇 / 〇 〇 〇 〇  
初診の方、電話で順番の予約できます ☎ 747-2314

**チラシ折込 おまかせ下さい**  
ニュータウン全域に配布している、ビバ！ニュータウンの配布員が本紙と一緒に、チラシを戸別配布します。（希望地区のみ可）発行日は、毎月第2水曜と第4水曜です。詳しくは、お電話でお問い合わせ下さい。  
NPO法人 **ビバ・ニュータウン編集室**  
※配布員の募集ではありません。TEL. 321-5797

**ビバ！ニュータウン 公式Instagram**  
ぜひフォロー待ってます！  
地域のお店の最新情報など 随時更新中です！

神戸市外国語大学魅力発信事業 神戸市外国語大学大ホール(西区学園東町)

# いま伝えたい、ことばの力

## 「コミュニケーション力を磨く」

10月12日(木)、神戸市外国語大学大ホール(西区学園東町)で、同大学が2017年より取り組む「魅力発信事業」の講演会を開催した。今年度は「いま伝えたい、ことばの力 ―コミュニケーション力を磨く―」をテーマに、語学力だけでは補えない、真意を伝えるために必要な力を、全4回の講演から探っていく。

「いま伝えたい、ことばの力」と話した。大西さんは、「誰もが言葉を使って簡単に発信ができる時代、コロナ禍を経て言葉や人との距離感が掴みにくくなっていると感じます」と話した。



第1回のこの日は、校正者の大西寿男さんによる「一本当はこう言いたかった」と思えるために」と題した講演会で、学生と一般参加者も含めた約250人が参加した。西宮市から参加した女性は、「NHKの密着番組での校正の丁寧な仕事ぶりに惹かれました。SNSもフォローし、自分の発信にもヒントがもらえ

はじめ、週刊誌や医学の専門書など多くの原稿に接する中、どんなベストセラー作家や偉い学者の先生であっても、最初から何も問題がない原稿はないと言いつつ、「人は間違える生き物だ」と痛いほど経験していきながら、言葉に関して、校正者は自分のことも人のこともあてにしません。そうであれば、ヒューマンエラーを防ぐことはできないんです」と話した。



また校正には、原稿の誤りを指摘して損害を回避するリスクマネジメントの役割と、文字情報がより効果的に届くようにする、言葉をエンパワメントする役割があるという。書き言葉には「手ざわり、体温、色、声」などの生理的な情報もある。「カタカナが漢字か、表記の違いで受ける印象も大きく変わりますし、例えば、小説や漫画がアニメ化された時に声優さんの声に違和感をおぼえたことがある人は？」の問いかけには「たくさん挙手が。それは文字から肉声を感じていて、そのうなずいていた。」

最後に、「校正者としては、『言葉が喜ぶほうへ』向かうことを願っています。みなさんの言葉が満ちたものになって、相手に届いて成就する。今日の話が少しでもそのきっかけになれば嬉しいです」と締めくくった。講演会は後日YouTubeで配信予定。

# 沢岬美奈子 女性医療クリニック

〒651-1227 西区橋本5-6-3 神戸西神オリエントホテル3F  
TEL 078(990)3030



神戸西神オリエントホテル3階「沢岬美奈子 女性医療クリニック」による、婦人科の悩みを専門医の目線で解説する連載。第5回目は「漢方薬」に関してです。皆さんは漢方薬を飲んだことはありますか？ 風邪の引き初めに葛根湯は有名ですが、膀胱炎にチヨレイトウや御高輪の足腰の冷えや頻尿には八味地黄丸、

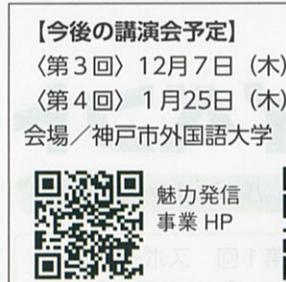
院長 沢岬美奈子  
「苦くて飲めない」「錠剤はないですか?」「食前に飲むのが難しい」など定期内服が難しい方にもいます。しっかりと飲んで「波はありますが大き

お腹の弱い方には大建中湯も頻用です。婦人の三大処方というのがある、細く色白で冷え症の方には当帰芍薬散、なんだかイライラしている神経質そうな方には加味逍遙散、ガッチリ体型で便秘や肩こりには桂枝茯苓丸と言った具合です。小学生から90代の高齢の方まで受診される当院でも食や生活習慣の見直しだけではなく西洋薬や漢方も多く処方します。

漢方をもっと身近に感じてほしいとの思いからオリジナルの漢方茶を作りました。根っこを使うとお薬になる当帰も、葉っぱなら食品なのでお茶として飲んでいただけます。ルイボスやドクダミにもれっきとした効能があるんですよ。若い方の月経症状から、気がたつて眠りの浅い方、ちよっと元気がなくなってきたポーメノさんまで現在五種類のオリジナル漢方茶が出来上がっています。

【今後の講演会予定】  
〈第3回〉12月7日(木)「これからの本屋」  
〈第4回〉1月25日(木)「古い本からのメッセージ」  
会場/神戸市外国語大学 大ホール ※参加無料・申込不要

「苦くて飲めない」「錠剤はないですか?」「食前に飲むのが難しい」など定期内服が難しい方にもいます。しっかりと飲んで「波はありますが大き



会場/神戸市外国語大学 大ホール ※参加無料・申込不要  
魅力発信事業 HP  
公式 YouTube チャンネル (講演会の後日配信は第3回分まで)

## おむすびの会

10月10日(火)、神の谷民生委員児童協議会が市立神の谷小学校(須磨区神の谷)で児童におむすびを提供する「おむすびの会」を開催した。

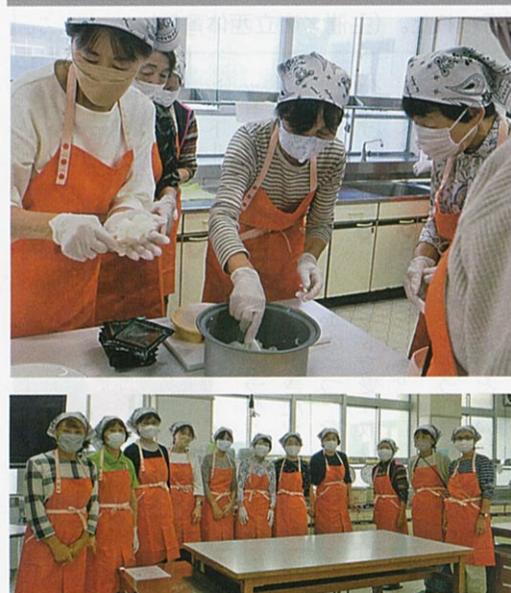
3連休明けの小学生たちに学校へ行く楽しみを提供できればと行われた本会は、この日で2回目となる。「おむすびの会」メンバーは、神の谷民生委員・地域ボランティア計11人で構成されている。提供数を把握し食品ロスを抑えるため事前申込制にしており、前回9月の開催時は定員40人のところ80人の応募があり、受付開始後30分で40人の申込枠が埋まった。60人に枠を上げた今回も定員いっぱいだった。

早朝の6時半、家庭科室に集まったメンバーにより白米18合が3つの炊飯器で炊かれ、8時の登校時刻に合わせて手際よく握られていく。「ふりかけははじめからかけると嫌がる子もいるから」「硬く握らずにふわっとね」と、スタッフ同士が声を掛け合う。8時になり、待ちに待った児童たちが順に家庭科室に入り、手を洗った後スタッフからおむすびを受け取る。この日は「のりたま」と「鮭」のふりかけが用意されており、児童の好みでスタッフがまぶしてくれたものを家庭科室内のテーブルでめいめいに食べる。「朝ごはん食べて来たけれど食べる!」「家ではスープとフルーツだけ食べてきた」と家庭での朝食事情はさまざま。お代わりも用意されていた。「みんなで食べるのが楽しみ!」「家の味が違う」と、児童たちは登校前のひとときを楽しんでいた。「3個食べたいよ!」「行ってきます!」

と元気に教室へ向かう姿は、スタッフのモチベーションアップになっているという。

同会の代表で神の谷地区会長の田中ひとみさんは、地域福祉センターで子ども給食の提供もしている。「主婦のパワーってすごい!自分たちの地域で何か役に立てることがあればと口コミだ」

「おむすびの会」がスタートして、今後の目標は80人まで定員を増やすことだが、既存の調理器具の新調や安定した資金の確保が必要となる。立ち上げからサポートをしてきた須磨区社会福祉協議会の石澤直美さんは「会のメンバーの方が無理のない範囲で参加できる雰囲気づくりが大切。社



## 「就労移行支援ひかり明石校」

ひかりは うつ症状・発達障害 など、障がいをお持ちの方が通所できる教室です

2021年7月開校

アップグレードビジネス学院にて長年培ってきたノウハウとテクニックでよりよい方向へと導きます。

パソコン基礎～MOS資格まで対応 難関MOSマスター取得者 多数輩出!!

個別学習だから自分のペースで学べる

福祉サービスなので9割以上の方が受講料無料

対象者 ● 躁鬱症状・ひきこもりの方 ※50歳未満で就労意欲のある方  
● 自立支援医療または障がい者手帳をお持ちの方 (お持ちでない方はご相談ください)

詳しくはお気軽にお問い合わせください!

就労移行支援 ひかり明石校 ☎078-912-1011  
〒673-0891 明石市大明石町1丁目13-20 美田ビル202  
営業時間/月～金10:00～16:00  
ひかり鈴蘭台校 ☎078-591-1817  
https://www.hikari8.net/

協として地域を盛り上げたいと活動される皆さんの後押しをしていきたい」と活動の広がりに期待を寄せた。



神戸市看護大学大学ホール（西区学園西町）  
がん看護市民公開講座

# 今を生きるコツ

## よりよく生きるために

10月7日（土） 神戸市看護大学大学ホール（西区学園西町）で、がん看護市民公開講座「今を生きるコツ」が開催され81人が参加した。

講師は、宝塚市立病院緩和ケア病棟、JCHO神戸中央病院緩和ケア病棟チャプレン・カウンセラーの沼野尚美さん。沼野さんは病院薬剤師から病院チャプレン・カウンセラーに転職。これまで10カ所のホスピスで勤務し、3000人以上の患者の生と死に寄り添ってきた体験から、今を生きる人々に「大切な5つの生き方」を伝えた。

「ユーモアを持って生きる」「感謝して生きる」「ベッドの上でも出来る趣味を持って生きる」「家族の絆を育てて生きる」ということだと話す。がんで死と向き合った時、人はたまたま生きていたいと思

い、何故こんな目に遭うのかと苦しむ。そんな中でも自身を見失わず、想像する力で心を支えて生きてきた若い看護学生は「万が一、奇跡が起きて治ったら、並みのナースではなくスーパーナースになります」と宣言し、最期まで見舞いに来る友人と笑いあっていたという。まさかがん患者になるとは思っていなかった彼女は、患者の気持ちを感じ、体験を生かして病棟で活躍する未来の姿を想像していたのだらうと話す。ある80代男性は、震災や事故、病気で妻や孫を亡くし、何度も悲痛の涙を流してきたが、家族と暮らした思い出があるから大丈夫、天国は向こうから近づいてくるから怖くないと語っていた。

人生の困難の前で何を想像出来るかが大切で、前向きに生きるためには過去の苦難を乗り越えた体験や信仰によって平気な気持ちを持つことができると話す沼野さん。

について。ジョークは皮肉と侮辱が入るので人を傷つけることがあるが、ユーモアは温かい交流の手段になる。多忙を極めていた沼野さんは、遠方の友人の葬儀に参列することが出来ずいた。四十九日を過ぎてから一通の葉書が届きびっくりして見ると、紙飛行機の上にならんと座っている女の子の絵に「転居先空の上 世界一周旅行するよ」と添えられており、胸が熱くなった。視点の転換をし、ユーモアのセンスを磨いて表現することを教えてもらったという。

## 数多くの患者の生死に関わってきた 体験から大切な生き方を伝える

ある女性は、がんが骨に転移して歩けなくなってしまうのに「しょうがないわね」と受け止めていた。話を聴くと、「私は度々いい家族を持っている。夫、子どもそれぞれ難点はありますが、私にとっては度々いい。この病気も私には度々いい」と言うので驚いた。人は何故、人生に不満を持ってしま



次にユーモア

うのかという、それは他の人と比べると、私たちが感謝して生きる道は、自分の人生が丁度いいと思えるかどうか。そう思えたら、自ずと感謝が生まれ、病氣も受け止められて穏やかに最期まで生きることが出来る。

そして、余命が少なくなってきたと思うように体が動かさ

※チャプレン・カウンセラー：教会外の施設で働く聖職者のことで、施設を利用しての心や働くスタッフへの心のケアを行う。

## 市立西体育館（西区春日台）

# 第1回 スポーツの日イベント

バドミントン無料体験教室 ニュースポーツ体験 体育館杯 バドミントンダブルス大会

10月9日（月・祝）、市立西体育館（西区春日台）にて「第1回 スポーツの日イベント」が開催され「バドミントン無料体験教室」「ニュースポーツ体験」「西体育館杯 バドミントンダブルス大会」が行われた。（主催／市立西体育館）



バドミントン無料体験教室



ピンゴだボード！

「バドミントン無料体験教室」の講師を務めた高垣明子さんは、高校時代にクラブ活動でバドミントンの楽しさを知ったという。毎週土曜日に同体育館でバドミントンのクラスを受け持っており、今回の体験教室でも「少しでもバドミントンの楽しさや魅力を

知ってもらえればうれいので、左手は前に持たず、後ろに置いておくことが重要」とアドバイスしていた。レシーブの練習として、高垣さんと対面でコートに立ちいるような場所に投げられるシャトルを打ち返した。

終盤にはシャトルと仲良くする方法として、床に置いてあるシャトルを手で

す」と話した。最初にウォーミングアップのランニングと柔軟体操をして体を温めたあと講座へ。まずは右手でシャトルの羽を持ちネットに向けて投げる練習を何回も行う。この練習の目的はシャトルを投げる時に右足から左足への体重移動をスムーズにさせるため。次に、ラケットの持ち方について指導があった。ラケットは強く握りしめずに軽く持ち、シャトルがあたって打つ時にだけ力を入れるのが正しい持ち方。水分補給と休憩を取りながら続けてノック練習が行われた。コートの向こう側から高垣さんが投げたシャトルを打ち練習では、ステップと一緒に右足を出して戻す動作が必要となる。高垣さんは「目の位置を変えないで、左手は前に持たず、後ろに置いておくことが重要」とアドバイスしていた。レシーブの練習として、高垣さんと対面でコートに立ちいるような場所に投げられるシャトルを打ち返した。



高垣明子さん

## 神戸西警察署・神戸西防犯協会からのお知らせ

### 女性に対する暴力をなくす運動

11月12日(日)～25日(土)

◎配偶者等からの暴力、性犯罪・性暴力、ストーカー行為、売買春、人身取引、セクシュアルハラスメント等は、性別に関わらず重大な人権侵害です。  
◎ひとりで悩まず、誰かに相談しましょう。

### オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

毎年11月

◎子どもたちを守るためには、周囲の人たちが虐待にいち早く気づき、救いの手を差し伸べる必要があります。  
◎「虐待かな？」と思ったら、迷わず相談しましょう。

内閣府性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター #8891  
内閣府DV相談ナビ #8008  
警察庁性犯罪被害相談電話 #8103 / 警察相談専用電話 #9110  
児童相談所虐待対応ダイヤル #189

相談ダイヤル

## 脳卒中のことならすぐ！！ 予防・発症から後遺症まで

### 即時MRI（2台稼働）

外来診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	×
午後 2:30～5:00	○	○	×	○	○	○	×

※午前診、午後診ともに30分前に受付終了

救急 24時間 夜間・休日対応  
（お電話にて問い合わせください）



社会医療法人 榮昌会 神戸市兵庫区大開通 9-2-6 地下鉄「上沢駅」徒歩8分  
吉田病院 YOSHIDA HOSPITAL 078-576-2773  
http://www.yoshida-hp.or.jp/



「健康」をテーマに神戸常盤大学と神戸常盤女子高等学校の在学生が中心となり、学園の知財を地域に開放し交流の場を持つ目的でスタートしたイベント。今回で12回目の開催となる。回を重ねるごとに健康にとどまらず、子どもからシニアまで幅広い層が楽しめる内容へとより一層充実してきている。

イベントは大きく「健康関連」と「こども・子育て」のプログラムに分かれている。健康関連プログラムには多く



こども・子育てプログラムでは「あそびの広場」のスクリーンや、ときわ幼稚園児による作品展示などが人気を集めていた。同大学1年生の蓬萊颯大さんはレインボースティックの制作ブースを担当。8人で120個を準備したと笑顔で話した。

このイベントは医療と教育の専門的な知識を学ぶ学生たちにとって、社会に出ていく第一歩となる実践の場。学生たちが自発的に運営に関わるイベントで、年間を通して学園で最も力を入れている。こども教育学科・講師の深川幹さんは「実際にお子さんと触れ合える貴重な機会。楽しんで取り組んでくれていきます」と話した。親子で参加の大西紗智子さん（長田区房王寺）は同学園の卒業生。雨

でも無料で子どもを遊ばせられるイベントなので魅力を感じているという。

事前予約制で開催された「すこラボ講座」では誤嚥性肺炎の定義から検査方法、予防について診療放射線学科・看護学科・口腔保健学科の教員それぞれの視点からの連続講座が開かれた。専門的知識に加え自宅で出来る簡易チェックやトレーニング方法まで、体験しながら学べる充実した内容で、参加者からも多く質問が上がった。神戸常盤地域交流センターでは年に20回程度、市民も参加出来る公開講座も開催されている。

# 2023 KOBE TOKIWA 健康ふれあいフェスタ

神戸常盤大学（長田区大谷町）

10月8日（日）神戸常盤大学（長田区大谷町）にて「2023 KOBE TOKIWA 健康ふれあいフェスタ」が行われた。



## 秋のリフォーム特集

冬到来に備えて快適な暮らしを！

※詳細はHPから  
<https://www.kobe-tokiwa.ac.jp/univ/general/>

## 外壁・屋根 リフォーム専門店

2023年1月OPEN!!

高品質塗装 + 低価格

にてご提供します!!

仕上がりに自信あり!!

まずはお気軽にお問合わせください。

Before After

住まいのリフォーム 榎本塗装

ENOMOTO PAINTING TEL.078-777-3336

〒654-0103 須磨区白川台 2-43-14 E-mail:y.s-ayaka@outlook.jp

## 「頼んでよかった、しらかわさん！」

しらかわ工芸社自慢の職人が心をこめて塗装します！

外壁塗装 クチコミ No.1

「気さくで明るい方たちばかりで、工事期間中楽しく過ごすことができました。できあがりも想像以上で、約束通り新築のようにしていただき大満足です。楽しい思い出をありがとうございました！」（〇崎さま・60代）

施工実績とクチコミはこちら

日本一親切的な外壁塗装専門店 しらかわ工芸社

☎0120-19-7808

神戸市須磨区白川台4丁目27-20 建設業許可 兵庫（般-2）111822号

## 年末年始大掃除キャンペーン

キャンペーン期間：2023年11/8（水）～12/25（月）・2024年1/6（土）～1/31（水）作業分まで

いそがしいあなたへ！ できない事はプロにおまかせ！

家庭用壁掛け（スタンダード）エアコン	おそうじ機能付きエアコン	レンジフード	浴室
1台目 9,000円 9,900円（税込）	1台目 16,000円 17,600円（税込）	13,000円 14,300円（税込）	14,000円 15,400円（税込）
2台目以降 8,000円 8,800円（税込）	2台目以降 15,000円 16,500円（税込）		
		トイレ	洗面所
		7,000円 7,700円（税込）	6,000円 6,600円（税込）

気になる場所 10分間サービス 分解不可 簡易清掃致します！

TC 街のおそうじ屋さん TOTAL CLEAN SERVICE

お気軽にお問い合わせください！ 私がお伺いします！

〒651-2275 西区榎野台1丁目14-25 ☎078-201-1054（担当/谷村）

受付時間 8:00～20:00 年中無休 <https://tc-totalclean.net/>

## 森林浴生活の「天然木リフォーム!!」

狭くても気持ちいい 安心 メンテ不要

厳選された国産材、天然木を知り尽くした職人がつくる

- 「置き床生活」は実用新案を取得した当社オリジナルの床材です（登録第3218213号）
- 直接肌に触れる床だからこそ、自然素材を味わって頂きたいという思いで開発しました。
- パネル型の床材を連結して敷きつめ、壁ぎわを幅木で止めるだけ。床面に接着剤、クギ、ビスを使用しないので、マンションの管理規約にも抵触しません！

木の香りをとじてこめてしまわない、米の油で塗装しています。

置き床って何？ 今の床をはがさず、上に置いて施工するフローリングです。

冬はあったか 無垢材（天然木）の持つ断熱性と保温性により足元が冷えません。

夏はサラサラ 無垢の床は室内の湿気を吸収するので、足触りはサラサラで涼しい夏も快適。

天然木を使った断熱リフォームが得意な会社

森林浴生活株式会社

☎078-742-6601

〒654-0131 神戸市須磨区横尾 1-5 リフォーレ横尾 2F（妙法寺駅前）

営業時間/ 10:00～19:00 定休日/水曜日、第2・4火曜日

## 家を長持ちさせるリフォーム

設備を充実させ快適でエコな暮らし

耐震 断熱 介護リフォーム もご相談ください。

安心・安全・なっとくの家づくり

リフォーム・増改築 一級建築士事務所

有限会社 ウネ住

〒655-0051 垂水区舞多間西3-11-12 ☎0120-85-2793

ホームページ インスタグラム

# 読者PRESENT

※当選者は、賞品の発送をもって発表とさせていただきます。

応募要項

郵便ハガキに《希望賞品名、〒、住所、氏名、年齢》を明記のうえ下記迄郵送。  
〒650-0023 中央区栄町通3-6-7 大栄ビル9F  
ビバ！ニュータウン編集室「読者プレゼント」係

11/14 必着

応募に関する問い合わせは、編集室TEL.078 (321) 5797

ご招待券ペア5組様

## 神戸ファッション美術館

特別展

### 日本の切り絵 7人のミューズ

蒼山日菜 / SouMa / 筑紫ゆうな / 福井利佐 /  
切り剣 Masayo / 松原真紀 / 柳沢京子

2023年11/18(土)～2024年1/28(日)

7人の作家が創り出す現代切り絵の世界

切り絵は、紙をハサミやナイフでカットすることによって生まれる切り口や線を生かしながら描きだすという、紙の特質を最大限に生かした技法で、絵具などで制作される絵画作品にはない独自の質感や効果を持った表現方法。

本展では日本を代表する7人の女性切り絵作家の代表作や新作を含めた105点を展示。

繊細で華麗な現代の切り絵の世界を通じて、日本の伝統文化である切り絵の魅力を堪能してみよう!

【開館時間】10:00～18:00 (入館は17:30まで)  
【休館日】月曜日、年末年始(12/29～1/3)  
2024年1/9(火)(ただし2024年1/8(月・祝)は開館)

一般	65歳以上・大学生	高校生以下	神戸市内在住の65歳以上
1,000円 (800円)	500円 (400円)	無料	無料

※カッコン内は有料入館者30名以上の団体料金  
※神戸ゆかりの美術館、小磯記念美術館の当日入館券(半券)を提示で割引あり  
※学生は、学生証、生徒手帳などを提示  
※65歳以上は、年齢と住所が確認できるものを提示

【会場】〒658-0032 神戸市東灘区向洋町中2-9-1  
TEL: 078-858-0050  
https://www.fashionmuseum.jp

#### ■ギャラリートーク

日時: 11/29(水)、12/19(火)、2024年1/11(木)  
各日14:00～ ※30分程度  
会場: 同館1階展示室 解説: 同館学芸員  
定員: 各日20名  
※申込不要 ※当日12:00より整理券配布  
参加費: 無料(要当日入館券)



《メイさんの日》  
2020年 / 松原真紀



《Sea Star》  
2021年 / 蒼山日菜

## VIVA COUPON

上手に使って  
お得をゲット!

# 2023 ビバ★クーポン

クーポンはキリトリ線で切り取って必ずお店に持参、  
予約の場合は直接店舗に連絡を!

**垂水区 青山台** **天然温泉 VIVA COUPON**  
**ジェームス山 天然温泉 月の湯舟**  
http://www.tsuki-no-yufune.com

ありがとう。月の湯舟 20周年。



ジェームス山 天然温泉 月の湯舟  
垂水区青山台 7-4-46 TEL.752-2619  
9:00～24:00 (最終受付 23時)

**ビバ特典**  
ご入浴料金 ※本券1枚で4名様まで有効  
●全日大人 910円→760円(税込)  
●全日小人(4歳～小学生) 430円→200円(税込)  
\*ご利用時に本券を切り取りの上、フロントまでお持ちください  
\*2024年1月31日(水)まで★他券併用不可★現金への換金不可

**垂水区 川原** **焼肉店 VIVA COUPON**  
**あぶり肉工房 西村家 垂水店**  
https://www.kobe-nishimuraya.com/tarumi/



深まる秋の記念日に!  
精肉店直営の炭火焼肉をリーズナブルに提供。  
※予約時もしくはご注文時にご提示ください。

あぶり肉工房 西村家 垂水店  
垂水区川原 1-2-17 TEL.752-1127  
11:30～14:00/17:00～22:00(L.O.21:30)  
木曜休/Pあり

**ビバ特典**  
●ファミリーコース結(3～4人前) 11,480円→10,680円(税込)  
●ファミリーコース蘭(3～4人前) 8,680円→7,980円(税込)  
●ファミリーコース梅(3～4人前) 5,880円→5,280円(税込)  
\*2023年12月20日(水)まで★他券併用不可★現金への換金不可

**垂水区 五色山** **フィットネスジム VIVA COUPON**  
リラクゼーションとトレーニング  
**AWESOME FACTORY**



貸切でもジム利用も可能!  
大型プロジェクター有!

当店でリラクゼーションとトレーニングジムは筋トレとリラクを一緒にできる神戸市垂水区のお店です。エステマシンPROCARE XPも導入していますので、ダイエット目的はもちろん、健康維持、増進の目的のご高齢の方もご利用されております。

接骨院、エステサロンなど幅広い  
経験を持った歴17年のセラピストが施術



**AWESOME FACTORY**  
垂水区五色山 8-4-8 田畑マンション 101  
TEL.080-9065-0251 /9:00～21:00 (事前予約)  
月曜日・火曜日休/リラクゼーション:木、金曜日  
パーソナルトレーニング:土、日曜日/駐車場有

**ビバ特典**  
●パーソナルトレーニング 60分 初回無料  
●探みほぐし+足つぼ 60分 3000円  
\*2023年12月31日(日) \*ご利用は一回のみ \*他のキャンペーンと併用不可

**須磨区 高倉台** **フィットネスジム VIVA COUPON**  
**RETIO BODY DESIGN 須磨店**  
— レシオボディデザイン 須磨店 —



トレーニングが初めての方を徹底的にサポートする、24時間ジムが須磨にオープン!! バーチャルレッスン、ピラティス、ダンス等のスタジオプログラムが盛りだくさん。初心者の方も安心してご入会いただけるようピグナーサポートプログラムも充実。また、女性専用エリアや女性限定のエステマシンも完備しています!! 初めてのジム選びに迷ったら是非レシオまで見学にお越しください。

**2024年1月オープン!!**



**RETIO BODY DESIGN 須磨店**  
須磨区高倉台 1丁目1-9 TerrasMa テラスマ内  
レシオ 須磨

**ビバ特典**  
●入会金 7,590円 無料  
●セキュリティキー 発行料 5,500円 が半額  
●年間プランで入会して 月会費 1ヶ月分 7,590円 が無料  
合計 17,930円 もお得!!  
\*2024年2月末までのご入会申し込み対象 \*現金への換金不可

**西区 学園西** **婦人科足つぼサロン VIVA COUPON**  
**Bouquet — ブーケー**



リニューアルのため、ビバニュータウン限定コースと特典です。黄土もよぎ蒸し30分、婦人科のお悩みに特化した足つぼ30分、選べるメニュー1つ30分の合計90分のコースです!  
●腸もみ→便秘でお悩みの方へ  
●膝下オイル→むくみが気になる方へ  
●美尻マッサージ→冷えやヒップアップに興味のある方へ

施術のみ90分、更衣・カウンセリングのお時間は含みません(約30分程度)  
●駐車場あります  
●ツーショット写真、足裏のお写真、簡単な感想にご協力ください(顔出しNGの方はスタンプで隠すなど配慮致します)  
●料金は14,800円  
●1月以降でご予約お願い致します



予約はこちらから  
LINE  
Instagram

婦人科足つぼサロン Bouquet  
アクセス: 学園都市駅より徒歩10分

**ビバ特典**  
●ビバニュータウンを見ただけ 10% オフ!  
\*2024年1月から3月31日(日)まで、ご予約可能は1月分になります \*他店舗クーポンとの併用不可

INFORMATION

講座・講習会

★インターネットでお仕事する「クラウドソーシング」ってどんなもの? クラウドソーシング入門編

この講座は、インターネットを使って、在宅で仕事・副業を始めたい! クラウドソーシングってどうやって始めたらいい? スキルがなくてもできる仕事はあるの? こんな悩みを持っている人向けのクラウドソーシング入門講座。クラウドソーシングの基本的な仕組みや経験者の話を聞いて不安を解消し、クラウドワーカーへの一歩を踏み出してみよう。

日時/11月30日(木)午後1時半~3時半  
会場/兵庫県立男女共同参画センターセミナー室(JR神戸駅徒歩3分)  
講師/服部聡子さん(Webライター・翻訳家)

対象/県内在住で、クラウドソーシングに関心のある人。  
定員/20人(応募多数の場合は抽選)  
受講料/無料  
一時保育/要予約・無料・定員6人(1歳6カ月から就学前まで)

申込方法/下記のQRコード、

または同センターHPから申し込み。  
申込締切/11月22日(水)午後1時まで

受講決定/受講の可否は締切日以降に連絡。  
問い合わせ先/県立男女共同参画センター(イーブン)

〒650-0044 中央区東川崎町1-1-3 神戸クリスタルタワー7階  
TEL(066)85500550  
FAX(066)85500550  
https://www.hyogo-even.jp/



★西神ニュータウン研究会 第233回例会

「街の活動に参加」経験交流 全員参加の放談会  
実はこんなことやってみよう  
ニュータウンを楽しむ、愛でることから始まった西神ニュータウン研究会。11月例会では、「たまには全員参加の意見交換会もいんじゃないか」という総会時のリクエストにこたえて、「人生第一幕の方々も含めてみんなで「街の活動」に参加した経験談を出し合おう。小ネタを司会者で用意するので、それを手がかりに、あるいは無関係に、好き放題に発言

地下鉄沿線 イベント  
リファレ横尾 741-8814 妙法寺  
応募式500ポイント抽選会! [応募BOX設置場所:1Fインフォメーション横] 神戸ウエストメンバーズカードで500ポイント利用ごとに1回応募できる! 裏面に必要事項記入後投函 ■応募締め切り日: 偶数月の最終日  
須磨パティオ 793-1740 名谷  
毎週木曜日は味彩通りへ! 味彩通りは毎週木曜日がお得Day!  
★第1木 食品2倍ポイント ★第2・第4木~土 [食品感謝祭]  
★第3木・金 [食品大売出し] ★第5木は1日限りの食品大売出し  
キャンパススケア 793-6601 学園都市  
11/8(水)・22(水)  
神戸ウエストメンバーズカードポイント5倍DAY  
セリオ 992-6200 西神南  
11/18(土)①11:00~②14:00~(各回先着25名) [セリオホール]  
クリスマスオーナメントを作ろう  
受付は10:00より各回の整理券を配布する先着順。参加費1人500円  
プレンティ 992-0001 西神中央  
10/19(火)にリニューアルオープン  
リニューアルオープンを記念した各種イベントを開催。詳細はHPで。https://plenty.jp

※コロナウイルスの感染拡大の状況によっては、現在実施が予定されている各イベントも急遽中止の場合がございます。イベントなどに参加の場合は、事前に問い合わせ先まで開催の有無を確認をお願いします。

★講演会とマジックショー  
日時/11月20日(月)午後1時~3時  
会場/須磨パークヒルズホール(市営地下鉄妙法寺駅 徒歩5分)  
演題/◆シニアが輝く人生第2幕 ◆シニアの活躍で社会活性化・戦力化  
講師/シリアルネッサンス研究会 会長 楠本利夫さん(国際関係学博士)  
マジックショー/シルバークレッシママジック同好会 岩波孝孝さん  
主催/須磨パークヒルズ青松会  
※どなたでも自由に参加可能。

★西神ニュータウン研究会 第233回例会  
「街の活動に参加」経験交流 全員参加の放談会  
実はこんなことやってみよう  
ニュータウンを楽しむ、愛でることから始まった西神ニュータウン研究会。11月例会では、「たまには全員参加の意見交換会もいんじゃないか」という総会時のリクエストにこたえて、「人生第一幕の方々も含めてみんなで「街の活動」に参加した経験談を出し合おう。小ネタを司会者で用意するので、それを手がかりに、あるいは無関係に、好き放題に発言

新春川柳大募集!  
新春川柳兼題  
「膨らむ」12/7 締切必着

投句はハガキの裏に、自作品3句以内、作品の横に住所氏名を明記し、12月7日までに(締切必着)下記までご応募ください。Eメールでも受け付けています。個性光る作品、新春にふさわしい作品などお待ちしております。  
〒650-0023 中央区栄町通3-6-7 大栄ビル9階  
ビバ! ニュータウン編集室「川柳係」  
Eメール info@vivanewtown.com

11月 川柳兼題「重ねる」  
10/25号掲載のビバ川柳につきまして、11月募集(11月末締切)の兼題が10月と同じ「重ねる」になっており、大変申し訳ございませんでした。  
11月以降に投句頂いたものは別途選考致しますので、10月にご応募頂いた方も再度投句頂ければ幸いです。

レポーター募集  
(囁託記者) 未経験者OK!  
取材に行き、ビバ! に掲載する記事を書いて頂くお仕事です。  
小さなお子さんのいるママも活躍中!  
文章を書くのが好きな方、好奇心旺盛な方大歓迎!  
※須磨区・西区・垂水区に在住の年齢55歳位迄の女性  
NPO 法人 ビバ・ニュータウン編集室  
☎(321)5797 まずはお気軽にご連絡ください  
〒650-0023 神戸市中央区栄町通 3-6-7 大栄ビル9F

心療クリニック 中野  
院長 奥村 満佐子  
診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝  
10:00~12:30 × × 休 × × ○ 休  
14:00~18:00 ○ ○ 診 ○ ○ × 診  
※初診の方はお電話ください  
神戸市西区 学園西町1-13 ☎793-9080  
ホームページ▶▶▶ 心療クリニック中野 検索  
地下鉄学園都市駅ビル3F・クリニックセンター

神戸市内 地域密着 不用品回収・遺品整理 引っ越し・ゴミ屋敷清掃まで  
お客様の「ありがとう」の一言をいただけるよう誠実に対応いたします。  
見積無料 親切・丁寧・誠実対応 整理専門会社  
神戸市一般廃棄物許可業者・古物商許可 有限会社 舞子運送  
TEL.078-974-8825 FAX.078-974-8744  
〒651-2124 西区伊川谷町潤和1015-1 URL:https://www.maiko-unso.co.jp

市営地下鉄伊川谷駅 地域医療を重点に健康な明日へ 伊川谷駅前ビル

2階 おおしろ内科 ☎974-3535 院長 大城 清 診療科目 内科 糖尿病内科 診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝 9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 16:00~19:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○	2階 川上皮膚科 ☎977-0170 院長 川上 尚弘 診療科目 皮膚科 土曜午後診あり 診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝 9:15~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 15:15~18:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
2階 むらかみ心療クリニック ☎974-8355 院長 村上 直也 診療科目 心療内科 神経科 診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝 9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 16:00~19:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○	1階 さかい整形外科 ☎978-2440 院長 坂井 毅 診療科目 整形外科 リウマチ科 リハビリテーション科 診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝 9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 16:00~19:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○

無料駐車場有 約70台  
第3駐車場 第2駐車場 第1駐車場 伊川谷駅前ビル  
伊川谷駅 駅前ロータリーバスのりば 伊川 至学園都市  
ロイヤルホームセンター

### みにみにあど

この欄は有料です。1行14文字まで入ります。見出しは7文字程度無料。なお、掲載1回のみと、2回以上の料金が異なります。各項目をご覧ください。  
 ※団体名、個人名は記載して下さい。お申込みは、電話・FAXまたはEメールで(必ず住所、電話番号、氏名を明記)  
 電話(321)5797  
 FAX(392)3423  
 Eメール info@vivaneatown.com

#### 新規開業された方を応援します!

- 1年以内に新規開業されたオーナー様、本欄(みにみにあど)のコーナーに広告を無料で掲載します!(ただし紙面の都合上4行まで) ※開業届など証明要 当編集室まで/☎321-5797

### 教えます

1回のみ1行2750円(税込) 2回以上1行2200円(税込)

〈大学受験・中高一貫英語塾〉  
 ◆体験あり 元予備校講師  
 (997) 4095 西神南ゼミ

### まちかど掲示板

この欄は1行550円(税込)です。非営利的な内容に限り利用可。1行14文字、見出し(7文字程度)は無料。2行1100円(税込)から承ります。  
 ※団体名、個人名は記載して下さい。お申込みは、電話・FAXまたはEメールで(必ず住所、電話番号、氏名を明記)

### おしらせ

コンサート、講演会、イベントなどのさまざまな告知にご利用下さい。

### 仲間募集

サークルやイベントなど、活動仲間を募集する時にご利用下さい。

### 譲ります

子どもが大きくなって使わなくなった物などを譲りたい時にご利用ください。(非営利に限る)

モンテッソーリ教育の  
**きらめき保育園**  
 無料体験保育実施中!  
 神戸市須磨区中落合3-16-4 TEL. 078-791-1771



#### ホームページはイメージが大切です

- ◆ホームページ作成 50,000円~ (トップページ+コンテンツ2頁)
- ◆ドメインの取得
- ◆Eメール設定

NPO法人ビバ・ニュータウン編集室 **インターネット事業部**  
 TEL. (321) 5797 FAX. (392) 3423  
 HP <http://www.vivaneatown.com>  
 E-mail info@vivaneatown.com

#### 地下鉄伊川谷駅ビル1階

顎変形症保険医療機関 指定自立支援医療機関  
 (育成医療・更正医療)

### 高瀬矯正歯科

TAKASE ORTHODONTIC OFFICE  
 診療日時 月・火・水・金・PM 2:00~PM7:00  
 ※初診無料 土・第3日 AM10:00~PM6:00  
<http://www.takase-ortho.com> ☎975-8214 駅前P有

## 求人情報

### 配布員募集

★星陵台1・2・4~6  
 ★星が丘1~3

※地域にお住まいの方で月1回、指定日(第4水曜日発行)に確実に配布できる方。

※戸建てにお住まいの方希望(荷物搬送の都合上)

NPO法人ビバ・ニュータウン編集室 TEL(321)5797  
 〒650-0023 神戸市中央区栄町通3-6-7 大栄ビル9F ★まずはご連絡ください。

求人掲載ご希望の方は編集室までお申し込み下さい  
 TEL 078-321-5797 FAX 078-392-3423

### ブランクのある方も歓迎!

週1コマからOK ダブルワーク可能

#### 受付募集!

時給/受付1,100円  
 ※高卒以上、大学生可  
 時間/午後15:30~20:00  
 募集日/火・水・金  
 待遇/交通費支給、各種保険完備  
 応募/まずは下記まで電話連絡ください。  
 後日面接を行います。

医療法人社団  
**三輪整形外科クリニック**  
 神戸市垂水区舞多間西5丁目1-3  
 ノアすこやかプラザ舞多間クリニックモール ☎(786)3811

### 総務課職員(正社員)募集

仕事/館内外の設備点検・補修・維持・管理、社用車による入居者の病院等への送迎補助等  
 時間/8:45~17:15  
 給与/181,008円~232,416円  
 +家族・住宅手当(規定による)  
 休日/週休2日制(月21日出勤のシフト制)  
 年間休日116日  
 待遇/昇給、賞与、社会保険完備、退職金、冬休有、通勤手当支給、マイカー通勤可  
 (慈恵会 新須磨病院グループ)  
 介護付有料老人ホーム **エリーネス須磨**  
 まずは ☎078-795-8111  
 お電話下さい!(人事課採用担当まで)  
 〒654-0142 須磨区友が丘7-1-21 <http://www.elines-suma.com/>

### スタッフ募集

時給/1,050円  
 時間/7:50~12:30(週2回~3回)  

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
AM8:30~12:00	○	○	○	○	○	×	×

 待遇/交通費規定支給  
 ※時間相談可  
 まずはお気軽にお電話ください。  
**浜野外科胃腸科**  
 ☎078-751-8030  
 〒655-0854 垂水区桃山台3-12-7  
 桃山台3丁目バス停付近

### ①医療事務受付②受付

地下鉄「名谷」駅前で通勤・お買物も便利♪  
 時給/①1,150円~②1,050円~  
 ①保険請求など実務経験のある方  
 時間/午前8:40~12:30、午後15:50~19:00  
 ☆午後診、土曜日も入れる方(回数は応相談)  
 休日/火・木・土曜午後、日・祝日  
 待遇/交通費支給、寸志有  
 ☆掲載終了後も受付しています! 入社日応相談♪  
**いしい整形外科**  
 リウマチ・クリニック  
 ☎078-798-2550 (担当/石井)  
 〒654-0154 須磨区中落合3-1-10 LUCCA名谷3F  
 診察時間内にお気軽にお電話下さい。または、履歴書を郵送して下さい。

### 訪問介護ヘルパー募集

人の役に立つことが好きな方、介護の仕事を始めませんか?年齢不問。未経験者も、資格サポートを利用して、多数活躍しています。  
 時給/1,500円~(各種手当別)  
 勤務/週1日1h~応相談  

月収例	火、木曜日	各2h(週4時間勤務)	月給/28,000円前後
月収例	月、火、木、金曜日	各3h(週12時間勤務)	月給/85,000円前後

 まずはお気軽にご相談ください。  
 Orange Pekoe ケアサービス **おれんじべこ**  
 ☎742-8301 (担当/中谷)  
 須磨区北落合1-1-4 白川コーポレーションビル304

### 受付・検査補助スタッフ募集

給与/月給16.5万円~時給パート1,100円~  
 時間/【午前】8:00~12:00  
 【午後】15:00~18:00(月・木)~18:30(火・金)  
 ※9:00~12:00(土) 午前と午後の間は自由時間、一時帰宅もOK  
 ●パートは勤務、時間相談可  
 休日/水曜、日曜、祝日及び土曜の午後  
 ●未経験の方も歓迎! 資格不要!  
 ●試用期間2ヶ月有・時給1,100円  
 待遇/昇給1、賞与2、交通費全額支給、各種社会保険完備、制服貸与、皆勤手当有  
 応募/まずは下記迄履歴書(写貼)をご郵送下さい。  
 市営地下鉄「名谷」駅より徒歩1分!三宮、西神中央からも便利!!  
**柴原眼科医院** ☎(791)8800  
 〒654-0154 須磨区中落合2-2-5名谷センタービル3階  
<https://www.shibahara-eyeclinic.jp>

### 特養介護 夜勤専従・正 准看護師・介護募集

特養介護 夜勤専従 |  
 給与 1回 25,000円  
 9回目以降~1回 30,000円  
 ※別途、処遇改善手当あります!  
 時間 16:30~翌10:00(休憩時間3時間)  
 特養看護師 正看護師・准看護師 |  
 時給 1,650円~1,800円  
 時間 7:45~20:00の内、7.75時間(応相談)  
 勤務地 須磨区友が丘3-126  
 小規模多機能型居宅介護 介護 |  
 時給 1,050円~1,400円  
 ※別途、処遇改善手当あります!  
 時間 8:00~19:00の内、7.75時間(応相談)  
 勤務地 須磨区友が丘5-5-191  
 介護老人福祉施設 **友が丘YUAI**  
 ☎792-2340

### 介護スタッフ 正職員 募集!

①入所介護スタッフ(正職員) ②デイケア職員(正職員)  

月給	介護福祉士	241,000円~	介護福祉士	201,000円~
初任者研修		220,500円~		180,500円~

 ※介護職員処遇改善加算含む ※当直夜勤分含む  
 時間 ①9:00~17:30/夜勤17:00~9:30  
 ②8:30~17:00(若干の残業あり)  
 休日 年間休日110日  
 待遇 夏季休暇、昇給年1回、賞与年2回(前年実績3.6ヶ月)、各種社会保険完備、マイカー通勤可、交通費支給、経験加算有  
 介護老人保健施設 **みどりの丘** ☎078-798-3600  
 〒655-0008 神戸市垂水区小栗台868番1130 学園都市駅よりバスにて10分、「順心神戸病院前」バス停下車、徒歩1分

調理補助募集 |  
 勤務地/すみれ保育園 須磨区中落合3-1-11  
 勤務/9:30~  
 ※4~6時間程度(要相談)  
 ※月~金、週3~5日(シフト制)  
 ★調理師・栄養士資格要  
 給与 時給1,010円~ ※資格手当あり  
 ※大量調理経験者  
 ※土曜日月1~2日出勤できる方歓迎  
 待遇/交通費(上限3万円) 社保完備(時間数による) 給食1食250円、寸志年2回(業績による)  
 保育士募集 正社員 |  
 勤務地/すみれ保育園 須磨区中落合3-1-11 未経験OK! 年齢問わず!  
 勤務/7:00~20:00  
 ※内8時間シフト制(月~土)  
 ★要資格  
 給与 月給200,000円~  
 待遇/昇給あり(勤務態度・業績による)、交通費(上限3万円)、社保完備、給食1食250円、賞与年2回、日・祝休園、北須磨ドライビングスクール社割  
 まずは お問い合わせください ☎078-792-9000  
 受付時間/平日9:00~17:00