新しい町と新しい人たちのふれあい新聞 2026年 7月号 vol.885

ビバ!ニュータウン

第4水曜

◆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 71,200部
◆発行／NPO法人 ビバ・ニュータウン編集室 〒654-0154 神戸市須磨区中落合2-2-5名谷センタービル5階
TEL.078-798-5906(代) FAX.078-798-5907 E-mail info@vivanewtown.com https://www.vivanewtown.com

夏の帰省は
実家の未来を話す機会
遺言書・各種書類作成などで争いを防ぐ
弁護士法人こうのとり
西神中央法律事務所
☎078-995-8570
西区文化センタービル5F〈受付〉平日9:00~17:00

社会医療法人社団 正峰会
神戸大山病院

緩和ケア病棟
心結
つむぎ

職員一同が患者様、家族様、
地域の緩和ケアに関わる方々との
つながりを大切にしています。

緩和ケア病棟とは、がんによる苦痛を緩和しながら最後まで患者様がご自分らしく生活できるよう支援する病棟です。
主治医や緩和ケア認定看護師を中心に経験豊富なスタッフ、理学療法士など多職種でケアに取り組み、患者様だけでなくご家族様もケアの対象として、日々の関わりを大切にしています。
6月からは、末期腎不全の方の受け入れも開始しています。

思いを叶えるリハビリ
患者様の思いを大切にしたリハビリ。
それぞれの希望が実現できるように
支援しています。

家族様へのケア
ご家族様もケアの対象として、入院時
から担当看護師を中心に関わりを
大切にしています。
退院後も家族会などの開催を通じて
お顔の見える関係性を
続けています。

※療養環境費として 2,000 円／日をいただいております。
個室料、テレビや冷蔵庫等の使用料はいただいておりません。

大切な方と過ごせる環境
2019 年に新築オープンしており、患者様、
ご家族様には落ち着いた環境で
お過ごしいただけます。
全室個室で、大きな窓から遠くの山々や
季節の花を眺めることのできるデイルーム
では、お茶を飲みながらご家族様や
ご友人など大切な方と穏やかな時間を紡い
でいただけることを願っています。

自宅への思いを実現
一瞬でも自宅に…の思いを実現できるよう、
外出へのつき添いなど、
当法人職員でサポートいたします。

通いやすい立地
JR・神戸市営地下鉄など交通利便性が良く、
ご家族様にも無理なく通って頂きやすい
環境にあります。

“地域とともに、あなたと生きる。”
正峰会グループは、神戸市、西脇市、丹波市、舞鶴市において、医療・介護・福祉と広い側面から「住み慣れた地域での暮らし」を支援しています。神戸エリアでは、せいほうクリニック（垂水区・北区）、老人保健施設（フローラルビラ兵庫・垂水・桃山台）や、グループホーム（モンファミーユ白川台・伊川谷・北六甲）、高齢者サービス付き住宅のヴェリディアせいほう（西区学園都市）等の施設サービス、また、訪問看護や通所リハビリテーション等の在宅支援を行っています。

＼まずはお気軽にご相談ください／
〒652-0802 神戸市兵庫区水木通10丁目1-12
【医療連携室直通】 TEL 078-578-0389
FAX 078-578-0348

VIVA'S TOPICS / P.4・5 終活特集 P.2 編集室おすすめファイル P.3・6 編集室お役立ち情報 P.7 インフォメーション・プレゼント P.8 みにみにあど・求人

夏期講習
小1～高3 受講生募集!
7/21(火) START!
通塾 or オンライン 選べます
科目・コマ数など、お気軽にご相談ください。いつからでも、何日でも、受講できます!

集団と個別、うちの子にはどちらのスタイルが合う?
部活で忙しいから、時間を選べる個別指導も気になる
夏期講習受講を迷われているみなさま!
講習前に無料でお試しいただけます!
70分×2コマ
無料体験
学力診断テスト(小1～中3)・三者面談も無料で実施!
体験後の講習申込は、必須ではありません。お気軽にお申し込みください。

エディック個別 創造学園個別
www.edickobetsu.jp
お問い合わせ・お申し込みはwebまたはフリーダイヤルで!
0120-540-555
受付時間／[月～金] 10:00～16:00(土日・祝日は除く)
夏期講習の詳細・お申し込みはコチラ

KOBE しらすDAY

垂水漁港
(垂水区平磯)

6月6日（土）、垂水漁港（垂水区平磯）にて、産地と食卓を繋げる「EAT LOCAL KOBE」の特別企画「KOBEしらすDAY」が行われ多くの来場者で賑わった。
(共催／一般社団法人KOBE　FARMERS MARKET、神戸市漁業協同組合、摂津船びき網協議会、神戸市)

振る舞いのしらすを頬張る

しらすの佃煮

神戸市では「食」と「農」を軸としたまちづくりの一環として、ほぼ毎週土曜日に、〈EAT LOCAL KOBE FARMERS MARKET〉を開催。市内を中心とした農家や漁師、飲食店が集うマーケットは、地産地消を身近に感じられる場として2015年から親しまれてきた。

取材日は神戸の初夏の風物詩「しらす」を味わい、漁師とともに海を楽しむ、年に1度の「しらすDAY」が開催され、開始時刻前から長蛇の列ができた。

「しらす」は、白く小さな稚魚たちをまとめて呼ぶ言葉で、実際にはほとんどがカタクチイワシの赤ちゃんを指す。これらの稚魚は、体の色素が少なく白っぽいのが特徴で、茹でるとさらに白くなる。手軽にたんぱく質やカルシウム、ビタミンDなどがとれることから、貧血予防や妊娠中の栄養補給、成長期の体づくり、生活習慣病予防や脳の健康にも効果的と言われている。

来場者には入口で漁師から海苔の上に乗せられた釜揚げしらすの振る舞いがあった。家族で訪れた垂水区の石原煌也ちゃん（3歳）は海苔に巻いたしらすを大きな口を開けてパクリと食べ「おいしい」と大喜びだった。

漁港にはしらす漁に使用されている漁船が停められ、乗船して間近に見学することができた。しらす漁は約10人が網船、さか船、て船の3種の船に分かれ、チームで漁を行う。午前3時に出航し、午前4時から網入れ。この夜明け前にとれるしらすは、餌を食べる前で透明度が高く、しらす本来の味が楽しめる。東須磨漁業振興協会・山田水産の澁屋（しぶや）さんは「年に3回ほど産卵の時期があり、その時期には漁獲量が上がります」と話した。しらす漁師で作ったチーム〈KOBE PAIR TROWRINGS（ペアトローリングス）〉は会場で「夜明けのしらす丼」「漁師がつくる、しらすカレー」を販売。カレーは魚の出汁がきいていておいしいと評判だった。垂水区の和食店〈季と菜と魚とさんたか〉は「夜明けのしらすちらし寿司」「夜明けのしらすさつま揚げ」等を販売。ちらし寿司には椎茸、玉子、ミョウガとともにたっぷりのしらすが乗せられ、贅沢な一品となっていた。

ほかに、生簀（いけす）から直接選んで魚を購入できる活魚市では、希望に応じて漁師がその場で捌き、頭と内臓を取るサービスがあった。購入した女性は「スズキはキノコと一緒にバターで炒めてムニエルに、ハリイカは煮つけに」とメニューを考えながら買い物を楽しんだ様子だった。また、さまざまな魚が泳ぐタッチプールには多くの子どもが集まり、昼からは午前中に獲れた魚の競りが始まり、威勢の良い競りの様子を来場者が見守った。魚のほか、市内で作られた新鮮な農産物やパンなどの販売もあり、多くの客が地元産物を買い求めた。

ペアトローリングス会長の山田幸治さんは「芦屋から舞子に現在200人ほどの漁師がいます。魚の数を減らさないように、ヒラメやカレイなどの稚魚を放流する活動もして、魚をしっかり食べられる環境を漁師が整えていこうと取り組んでいます」と語った。

◇ファーマーズマーケット
今後の開催予定
日程／7月25日（土）・9月19日（土）・9月26日（土）
※8月は休み
会場／六甲八幡神社（灘区八幡町3・6・5）

競りを見学できた

編集室 おすすめファイル

空き家、実家の片付けでお困りの方
空き家の片付け、まずは相談から！

空き家や、実家の片づけについて、業者選びや費用の不安から二の足を踏み、先延ばしにしている人も多いはず。「どんな人が来るのか分からなくて怖い」「後から追加料金を請求されないか不安」…そんな声を、多く聞いてきたという株式会社エスポライトの代表・坂本さん。

同社は、業界10年以上・5千件以上の現場経験を持ち、空き家・一軒家まるごとの片づけを専門に対応している。作業内容や費用については事前に分かりやすく説明し、納得のうえで進めるので安心。必要に応じて、不動産会社の紹介にも対応可能。「もっと早くお願いすればよかった」の声多数。まずは一度相談を。

1Kから一軒家まで対応
2LDK 8万円～
仕分け不要・丸ごとおまかせ

間取り別 参考価格
●1K～1DK ―― 2万円～
●2LDK ―― 8万円～
●3LDK ―― 12万円～
●4LDK以上 ―― 15万円～

【対応エリア】明石市・神戸市中心 兵庫県、大阪府も対応
見積り無料
※物量・作業内容・建物状況・搬出条件により料金は変動します。
※正式料金は現地お見積り後にご提示いたします。

代表取締役社長 坂本 昂大

TELまたはLINEでお問い合わせください
株式会社エスポライト
0120-197-496
〒674-0051 明石市大久保町大窪958-2 プレミアムテラスハウス大窪 G号【営業時間】9:00～18:00〈年中無休〉

こどもまーけっと

みんなの家セラビィ
(垂水区平磯)

6月28日（日）、みんなの家セラビィ(垂水区平磯）にて、子どもが考えたお店を出店する「第5回こどもまーけっと」が開催された。　(主催／みんなの家セラビィ)

パンの販売体験

スライムを作るお店

垂水駅から南へ5分の場所にある築130年の古民家「みんなの家セラビィ」では、赤ちゃんからお年寄りまで誰でも立ち寄れる〈みんなのひろば〉や〈三線クラブ〉、竹を使った流しそうめんや餅つきなど季節のイベントを開催し、地域交流の場として親しまれている。

取材日は「第5回こどもまーけっと」が開催され、お店屋さんと買い物を体験する子どもたちで賑わった。先立って開かれた6月14日の「こども会議」では、初対面のメンバーが集まって、名前や自分がするお店を紹介、アイスブレイクで歌遊びの「なべなべそこぬけ」をして盛り上がった。店名を決め、段ボール、布、モールなどを使って思い思いの看板を準備したという。当日まではたくさんの人に来てもらえるよう友人に声をかけたり、チラシを渡したりと集客にも取り組んだ。

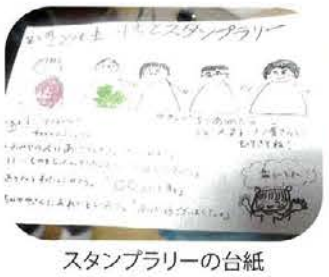
ミシンや手縫いで作ったアクセサリーやバッグなど、布小物の販売を行ったのは玉村彩依さん（小2）。裁縫が得意な母親に習い、少しずつ作りためた作品を販売した。店名は母親の名前と自分の名前の漢字から1文字ずつをとった「はないろ」。彩依さんは「バッグは作るのに時間がかかったけど、小物は最初よりだいぶ早く作れるようになった」と話し、初めてマルシェに参加したが、思っていたよりたくさんの商品が売れたと満足そうな笑顔を見せた。

南川颯佑さん（小5）と川島有唄さん（小4）は2人で、「もちぷにゅスライム」を作るワークショップを開催。南川さんは2年前に開かれた第1回の同イベントにも参加したことがあり、店名はその時にも使っていた「エコマサ」。程よい柔らかさのスライムにするために材料の配合を変えて実験し、5回目でようやく納得のいくものが作れたと話す。参加者はスライムの色やトッピングの材料を考えて、触感の良いスライム作りを楽しんだ。南川さんの保護者は「お小遣いをすぐに使い切ってしまうので、自分でお金を得る方法を考える機会に」と参加を勧めたきっかけを話した。

出店は難しいが、販売を体験したい子どものために「こども店長」ができるブースも設けられた。「くらしの」では、店主の義母が垂水駅前で長年喫茶店を営んでいたときに人気メニューだった自家製チーズケーキを、「はるさんちの台所」では、ご飯と糀の天然酵母を使い、薬膳の考え方で身近な食材を取り入れたパンを、こども店長と一緒に販売した。姉妹でパンの販売を行った中丸琴葉さん（小2）・葵葉さん（年長）は「友達がお店屋さんをすると聞いて、自分もやってみました。やっているうちに慣れてきて、早くできるようになった」「楽しかった」と手応えを感じていた。

「わなげパラダイス」を出店した信秋いずみさん（年長）は、まーけっと開始直後に子ども会議で仲良くなった「はないろ」の玉村さんのお店でかわいいバッグを発見。自分でそのバッグを手に入れるために懸命にわなげ屋をがんばり、売上からバッグを購入して大喜びした。保護者は「自分で稼いだお金で手に入れたバッグはきっと大切に使ってくれると思います。これは一生の宝物ですね」と微笑んだ。いずみさんは「次はお友達と一緒にお店をしたい」と次回出店に意欲を見せた。

セラビィの谷口くるみさんは「あちらこちらから『これください』『何円です』というかわいい声がたくさん聞こえ、うれしかったです。自分で手に入れたお金の使い方を考えることで、お金との接し方を考えてもらえたら」と語った。


スタンプラリーの台紙

伸びるスライムに大喜び

ドーナツ屋さん

2026年度
神戸市看護大学
生涯学習講座のご案内
第3回講座　2026年 9月26日(土)10:00～11:00
みんなで健康寿命を延ばすための考え方
第4回講座　2026年 12月5日(土)13:00～14:00
日本人の死生観を考える
お申込みは右記二次元バーコードから
【参加費】各2,000円
【定　員】各講座100名
【会　場】神戸市看護大学
お問合せ先
神戸市看護大学 いちかん看護開発センター
kyouikukaihatsu@kobe-ccn.ac.jp
078-794-8080(代表)

名谷図書館 美味しい防災食

北須磨文化センター（須磨区中落合）

6月21日（日）、「名谷図書館 美味しい防災食」の講習会が北須磨文化センター（須磨区中落合）にて開催され、事前申し込みをした6人が防災食についての知識を深めた。（主催／名谷図書館 指定管理者・シダックス大新東ヒューマンサービス株式会社）

名谷図書館を受託運営するシダックス大新東ヒューマンサービス株式会社（本社所在地・東京都渋谷区）は、公共施設の管理運営を主力事業としている。講師は、同社の学校給食事業部本部・企画室室長の永田あや美さん。栄養士・調理師でもある永田さんは「食育キャラバン隊」として全国の小・中学校や保育施設、図書館などで食に関する講習会を行っている。非常時こそおいしい食事ができるよう、普段からの備えについて参加者に伝えた。

最初に、食品の家庭備蓄の必要性について説明があった。震災、また近年頻発する豪雨による水害・土砂災害など、自然災害はいつ起きてもおかしくない。普段の生活で雨具を持って行ったり、シートベルトをしたりするのと同じ感覚で、食品備蓄をしてほしいと永田さんは呼びかけた。災害時には避難所ではなく在宅避難することもある。災害支援物資が3日以上到達しない、物流機能停止で食品が手に入らない、ライフラインの復旧に時間がかかることを見越して、最低3日～1週間分×人数分の食品を家庭備蓄するのがベストと言われる。

〝ローリングストック〟は栄養バランスを考え、家族の人数や好みに応じて内容・量を決め備蓄、賞味期限が切れる前に消費し、その分をまた買い足して循環させていく方法。備蓄食品は大きく分けて2種類あり、日頃から使用し、かつ災害時にも使える「日常食」（缶詰・レトルト食品・フリーズドライ食品・ジュース・乾物・充填豆腐・インスタントの味噌汁など）と、賞味期限が長く、災害時の備えとして用意する「非常食」（アルファ化米・缶詰パン・菓子類・火や水を使わず温かい食事ができるレスキューフーズなど）がある。

災害直後の食事は炭水化物に偏り、タンパク質やビタミンなどの栄養素が不足しがちに。ストレス・疲労・感染症などのほとんどは食事が原因と考えられるため、これら備蓄品の栄養バランスを考えることの重要性が説かれた。補足として「飴・チョコなどの嗜好品もあるとよい」「削り節などあればアルファ化米に混ぜて味付けすると食べやすい」など、災害時の食事を楽しむ考え方も付け加えられた。また、乳幼児や高齢者向け、食物アレルギー対応食品は災害時に手に入れることは困難なので、約2週間分備えることも気をつけるとよい。

次にポリ袋を使い調理する災害食のレシピが紹介された。まな板や包丁を使わずに水、米、焼鳥缶、コーン缶、醤油で作る「焼き鳥ご飯」。ひじき、サバの味噌煮缶、大豆水煮で作る「ひじき煮」。どちらも省エネで栄養をまるごと食べられる利点がある。備蓄品のアレンジ料理としてはチョコレート、マシュマロをクラッカーで挟むスモアや、アルファ化米で作るみたらし団子、おかきなどが紹介された。

日頃から考えておきたい備えとして、「○備蓄リストを作っておく○備蓄できる食品を多めに買っておく○日持ちする野菜や果物、調味料を買い置きする○取り出しやすい所に保管する」ことを挙げ、〝ローリングストック〟を日常化してほしいと永田さんは締めくくり、講習会は終了した。

名谷図書館で取り扱いのある防災関連の書籍が紹介され、質疑応答の時間には参加者たちが熱心に永田さんに質問した。須磨区白川台から参加した女性は「知識はあったけど、もっと詳しく知りたいと思い参加しました。備蓄はしているけど、期限が切れていることもあるのでローリングストックをしていきたい。日常食と非常食は聞きなれない言葉だったけど詳しく知れて良かった」と感想を話した。垂水区から参加した大学4年の男性は「災害に備えてしっかり準備しなくてはと思いました。災害食は初めて見たレシピなので作ってみたいです」と関心を高めていた。

編集室の お役立ち情報　北落合

田上雄一 院長

・めがね処方
・コンタクトの検査
・白帯り白内障手術

お子様向け

新しい近眼治療

高井眼科医院

人はもともと遠視の状態で生まれてくる。体の成長に伴い眼球も大きくなり、眼軸（目の長さ）も伸びることで遠視⇒正視⇒近視に変化する。近視の進行には個人差が大きく、遺伝要因と環境要因の2つが指摘されている。

わが国では中学生の時点で近視で眼鏡やコンタクトをしている割合は7割を超えている。軽度の近視は大きな問題とはならないが、高度近視は眼軸が非常に伸びた状態で目の網膜が引き延ばされ病気を引き起こす。我が国では高度近視は中高年の失明病因の上位を占めている。学童期に近視の進行を抑えることが、将来的な失明のリスクを抑えることになる。

近年、学童向けに新しい近視進行抑制治療が出てきている。オルソケラトロジー治療、低濃度アトロピン点眼に加えて、日本初の近視抑制用の使い捨てソフトコンタクトレンズ、近視進行抑制用の眼鏡が、最近発売された。いずれも眼科専門医による診断、治療となる。

両親もしくはどちらかが高度近視であったり、低年齢での近視発病は将来的に強度近視のリスクが高いという。子どもの近視が気になる人は一度相談を。

ホームページから時間予約できます！ https://takaiganka.jp

TAKAI EYE CLINIC 高井眼科医院 ☎078(791)2911

＊＊夏期休診日＊＊8/9(日)～16(日)

須磨区北落合2丁目11-7《スーパーマルハチ前》 駐車場あり14台

社会を明るくする運動

★西区民の大会★

「社会を明るくする運動」は国民皆が、犯罪や非行の防止と、犯罪や非行をした人たちの立ち直りについて考え、それぞれの立場において力を合わせ、安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動で、令和8年で76回目となる。

今年は「保護司をはじめとする更生保護ボランティアを広く知ってもらおう」を全国統一テーマに掲げ、同ボランティアの取組み、「更生保護」全体の取組みについて知ってもらおうと、行政等関係機関が一堂に会し、西区民の大会が開催された。開会にあたり西区保護司会会長の和田裕さんは「再犯や再非行を未然に防ぐことは、新たな被害者を産まないことに繋がり、安心安全な地域づくりにとって重要な取組みである」と話した。

保護司とは、犯罪や非行をした人の立ち直りを地域で支える民間のボランティア。法務大臣からの委嘱を受け、全国で約4万7千人が活動している。活動内容は対象者と定期的に面接を行い、更生を図るための約束事（遵守事項）を守るよう指導するとともに、生活上の助言や就労の手助け等を行ったり、刑務所や少年院などからの釈放後にスムーズに社会生活に移行するため帰住予定地の調査、引受人との話し合い等を行い、受け入れ態勢を整えている。また、本運動をはじめとする犯罪予防活動を通して、地域住民に立ち直りについての理解と協力を求めていく。

講演では、暴力団追放について地域住民が主体となって暴力団事務所を撤去した事例について神戸西警察署員と神戸明石地域安全協議会会長より話があった。また、同署の阿部義樹署長は「暴力団の対立抗争が未だ終結していない。匿名・流動型犯罪グループ（トクリュウ）が関与していると見られる特殊詐欺被害もあとを絶たず、違法な収益の一部が暴力団に流れる実態が確認されている」と話し、兵庫県の詐欺被害の状況は5月末で101・6億円（前年同期比＋36・7億円）1259件（前年同期比＋75件）と過去最悪となり、6月29日～7月8日には特殊詐欺多発警報が発令されたと明かした。「最近はニセ警察詐欺、SNS型投資詐欺、ロマンス詐欺なども増え、高齢者だけでなく若い世代への被害も増えている。詐欺の手口を知ったり、犯人からのアプローチを未然に絶つ対応策を講じてほしい」と注意喚起した。

さらに同署員が今すぐできる対策「防犯スリーステップ」を紹介。①無料の防犯アプリ〈ひょうご防犯ネットプラス〉をインストールし、地域で起こった特殊詐欺情報を入手する②無料の警察庁推奨アプリをインストールし、携帯電話にかかってくる国際電話や犯行に使用された詐欺電話をブロック。③〈国際電話利用休止サービス〉に申し込み、固定電話にかかってくる国際電話をブロック。特殊詐欺の電話を防げると説明した。

警察庁推奨アプリ（無料）

①詐欺バスター Lite

②詐欺対策 by NTTタウンページ

「特殊詐欺対策」ページ

その後、アトリウムコートにて、啓発グッズの配布やパトカー展示、こども制服試着が行われ、買い物客などに更生保護の活動や特殊詐欺防止について訴えた。和田会長は「地域の方に保護司の活動を知ってもらえる機会となった」と手応えを話した。西区の豊永太郎区長は「国の法律改定などもあり、保護司を取り巻く環境が変わってきているが、西区として引き続き保護司の方に明るく元気に活動していただき、協力しながら立ち直りの支援に取り組んでいきたい」と語った。

プレンティ1番館（西区糀台）

7月1日（水）、プレンティ1番館（西区糀台）にて、犯罪や非行のない社会をめざす運動「社会を明るくする運動西区民の大会」が開催された。（主催／社会を明るくする運動西区推進委員会）

大丸須磨店3階に 足と靴お悩み相談所 がオープン！

シューフィッターが厳選したコンフォートシューズ&インソール専門店【神戸ライフシューズ】

gute wahl

グーテヴァール
神戸発！日本製
コンフォートシューズ&インソール

相談できる靴屋さん

外反母趾やひざ痛などでお困りの方「あなたの足や靴に関するお悩みをお聞かせください」

足と靴と健康協議会認定
シューフィッター 松岡稔之

エムウォーク・シューフィッターによる「足と靴の無料相談会」開催
詳しくはインスタグラムにて▶

神戸ライフシューズ 大丸須磨店 市営地下鉄 名谷駅 下車すぐ

須磨区中落合2-2-4 大丸須磨店3階 TEL.050-1782-8653（直通） 営業時間／10:00～19:00 休業日／大丸須磨店に準ずる

女性の更年期と仕事の両立、どう向き合う？

センタープラザ（中央区三宮町）

6月24日（水）、センタープラザ（中央区三宮町）9階KOBE Co CREATION CENTER（中央区三宮町）で、働く女性のヘルスケアを考えるワークショップ「女性の更年期と仕事の両立、どう向き合う?」が行われた。
（主催／神戸市地域協働局SDGs推進課、共催／神戸商工会議所）

神戸市では、誰もがジェンダーにとらわれずに「私らしく」生きられるまちを目指し、2024年度から「私らしさプロジェクト」を展開している。今年度は、男女双方に関わる健康課題「更年期」を、離職やキャリアへの影響といった観点から社会課題として捉え、メディアや企業など多様な主体と連携しながら、理解を促進するための取組みを行っている。

同日はまず、神戸アドベンチスト病院産婦人科の原田佳世子医師より、更年期のメカニズム、セルフチェックと対処法についての講演があった。

女性の更年期とは閉経を挟んだ前後5年間、計10年間の時期を指す。個人差はあるが、一般的に45歳～55歳頃にあたり、のぼせ・発汗・動悸・頭痛・肩こり・関節痛・皮膚乾燥・かゆみ・膣炎などの身体症状、いらいら・不眠・憂鬱などの精神症状、集中力低下など認知機能低下が起こる。生物学的には女性ホルモン「エストロゲン」の急激な低下で、誰にでも訪れる自然な変化。家庭や仕事のストレス、親の介護や子どもの独立で心の喪失感を経験するなど、環境の変化で症状に拍車がかかり、日常生活に支障をきたし、治療を要する「更年期障害」となる人は約30％になると言われている。

治療法は薬を使わない方法として適度な運動、バランスの良い食事、食品由来イソフラボンサプリメントの摂取などの生活習慣の改善、薬を使用するホルモン補充療法、漢方療法などがある。更年期症状による社会全体の経済損失は年間1・9兆円にものぼるが、周囲の適切な理解と支援があれば、管理職・ベテラン層も多い更年期世代が仕事も生活も我慢することなく過ごせると、環境づくりの重要性が語られた。

グループワークでは職場にあったら助かる配慮や関わり方についてテーブルごとに話し合った。1つの仕事を複数人で担当し、誰かの急な休みにも皆が対応できる仕組みをつくること、在宅勤務を柔軟に取り入れること、休暇を取得しやすい環境作りなどの意見があがった。

次の講演は「働きづらさの実態とキャリアへの影響、職場で必要な支援とは?」と題し、株式会社よりそる代表の高本玲代さんが登壇。更年期症状・介護・家庭内の役割・仕事の責任・人間関係などから働き続けることが難しくなった40～50代の女性からの声が紹介された。「言っても理解されない」「頑張れば解決すると思った」「自分の責任。自分だけどうしてできないの?と思った」というケースがよくあるという。

また、働き続けられた人に共通していたのは「一人で抱えこまなかった」「自分を責め続けなかった」「環境調整をした」「相談の仕方を変えた」ということ。働く人の更年期の不調は、本人の能力ではなく〈状態〉であるため、企業と当事者が対話をしながら働き続けられる職場をともにつくっていくことが重要であると締めくくられた。

参加者は「職場に持ち帰って、得た情報をシェアして、理解を深めたい」と話した。プロジェクトマネージャーの林順子さんは「自分ができることを具体的にイメージし、次のアクションの種にしていただき、自分も周りも変わる一歩にしてもらえたら」と期待を込めた。

桜の木々に囲まれた美しい環境で、ペットと一緒の納骨もOK

桜舞う 妙徳寺の樹木葬

宗教宗派は不問です

静かにゆっくりとお参りいただける境内墓地です。納骨式、合同供養祭も行っています。ご見学にお越しください。

※血縁・婚姻関係がない方も一緒に納められます。

お一人・ご夫婦など
ご故人1名
49万5千円～

ペットと一緒に納骨
ご故人1名とペット
59万8千円～

※最後の方から20年経過後、合祀納骨となります。

ご見学の際は最寄りの駅などへ送迎も行います（要ご予約）

資料請求、お問い合わせはお気軽にご連絡ください

日蓮宗 妙徳寺 〈運営：株式会社 海と桜のメモリアル〉
海と桜のメモリアル 検索
https://umitosakura.com
0120-418-313 〒651-2124 西区伊川谷町潤和922 Pあり

今こそ
元気なうちから始めたい
終活特集

モノや資産の整理だけでなく
自身のライフスタイルを見つめ直し
老後生活の不安を解消
この先の人生を
実りの多いものにするのが
"終活"

写真なんでも相談所

もしものために…事前に遺影写真をご用意しておきませんか?

スタジオ撮影

従来の硬い感じのお写真ではなく、普段の貴方らしさが出たお写真も良い物ですよ!

スタジオにお越しいただいての撮影のほか、お出かけの難しい場合にはご家庭や施設などに訪問する出張撮影。
または、お手持ちのお写真の修正も承っております。
なんなりとお申し付けください。

出張撮影

着せ替え・合成
衣装の着せ替えや、ご夫婦の合成もできます。

パック消し
集合写真の中から一人だけ取り外したり、パックの整理をすることもできます。

複写の復元
古いお写真をキレイに修正・復元できます。

遺影の額縁各種取り揃えております

令和3年8月に移転しました
西神店 西区文化センター5F ☎992-4568
STUDIO OHNO
大野写真室 検索
名谷店 名谷センタービル7F ☎792-2868

相続のルールが65年ぶりに変わったのをご存知ですか?

「知らなかった…」では済まない時代へ。

こんな方は早めの対策を!
- 遺言書を書いていない方
- 実家や空き家をどうするか決まっていない方
- 相続税はかからないと思っている方
- 子ども同士で揉めてほしくない方
- 配偶者に負担をかけたくない方
- 不動産を複数所有している方
- 「まだ元気だから大丈夫」と思っている方

弁護士　荻埜敬大（登録番号：51541）

相続のヒヤリハット事例
こんなヒヤリハットが増えています
1. 遺言書がなく、家族会議がまとまらない
2. 空き家になった実家の管理費や固定資産税が負担に
3. 相続登記を放置し、手続きが複雑に
4. 「うちは揉めない」と思っていたのに兄弟間で意見が対立
5. 相続税よりも、介護費や認知症対策が問題になった

西神中央法律事務所では、相続に関するさまざまな問題のご相談をお待ちしております

～問題解決への迅速な対応と安心のサポート!～
弁護士法人こうのとり
西神中央法律事務所
西区文化センタービル5F
〈問い合わせ〉☎078-995-8570 〒651-2273 神戸市西区糀台5-6-1
〈受付〉平日9:00～17:00
「あなたの身近なお悩み」特設ページはQRコードから https://seishinchuo-lawoffice.com

遊びを通して防災力アップ！椿谷プレーパーク

6月21日（日）、椿谷公園（須磨区横尾）で「遊びを通して防災力アップ！椿谷プレーパーク」が行われ、多くの家族で賑わった。（主催／椿谷プレーパーク　協力／神戸女子大学、コトノハこども食堂、山徨社）

椿谷プレーパークは子どもたちが地域の自然に触れ、自分の責任で自由に遊ぶ場所として1999年から月1回（1・2・8月は休み）、地域の有志を中心に活動を行っている。プレーパークでは保護者も「危ない」「汚れる」「仲良く」「順番でしょ」「せっかくだからしなさい」など制限となる声かけはしない。子どもたちの仲間としてとことん遊び、「自分らしくいられる場所」として子どもにとっても大人にとっても居心地のいい場所となることを目指している。

取材日は特別に、遊びながら防災対策を体験できるブースが設けられた。これは、妙法寺にある築200年の古民家「コトノハ」でこども食堂を開く小田さくらさんが、昨年の〈BE KOBEミライセッション2025〉で「地域の自然を活かし、生きる力を育む体験を子どもたちに届けたい」と発表したことから地域団体との協力が実現したもの。

椿谷プレーパークでは普段からフードドライブの食料品を使った炊き出しを行っており、この日は災害時にガスや電気が使えないことを想定して、インスタントラーメンを水から作る体験を行った。作り方はラーメンの袋を開け、粉末スープと水を直接入れ、15分待つ。さらに麺を2つに割ると少ない水でも作ることができる。警視庁の公式X（旧ツイッター）でも紹介されている方法だという。

神戸女子大学で管理栄養士を目指す学生、ボランティア部の高校生、横尾小学校の児童が協力し、災害時でも簡単に調理できるレシピの紹介と試食も行われた。焼き麩で作るラスクは①ポリ袋に麩を入れ、霧吹きで水を2プッシュして湿らせる②ココア・抹茶・カレーなど好みのパウダーを入れ、袋を振って全体に馴染ませると完成、というもの。子どもたちも自分で作り「おいしい」と頬張っていた。

ブース内にはAEDが設置されている場所を示した地域の地図も掲示され、いざという時のため、場所を認識できるよう呼びかけがあった。

また、アウトドア企画のプロで〈こうべ山の小学校〉などで活動する山徨社の田渕幹敏さんは、安全に野外遊具を設置する方法やロープワークを保護者に説明。ロープを木に密着させて結ぶクローブヒッチ（巻き結び）や、ロープを片付ける時の巻き方など実演があり、真剣な表情で試す保護者の姿が見られた。防災士の資格も持つ田渕さんは「ロープの結び方もそうですが、アウトドアでの知識は防災にも役立つことが多いので、皆さんに知っていただけたら」と話した。

参加した神戸女子大学の嶋津知香さん（4年生）は「防災食をおいしいと言ってくれてうれしかった。子どもたちも楽しそうに学んでくれていた」と話した。椿谷プレーパークの玉置志げみさんは「田渕さんから学んだアウトドアの知識は、遊び場の安全のためにとても役立ちそうです。今後も椿谷プレーパークは、子どもも大人も安心して楽しめる場であってほしいと思います」と微笑んだ。

【フードドライブ】
家庭で余っている食料品を地域の協力店舗などで回収、福祉団体・施設に寄付する活動

NPO法人 終活相談ナビ
老後の不安を安心に
弁護士・税理士など専門家がワンチームでサポートします
こんなお悩みありませんか？ その不安を解決します！
✓終活って何から始めるの？
✓親が認知症になる前にできることは？
✓介護や訪問看護について相談したい
✓墓じまいっていくらかかるの？
生前整理や遺品整理のお手伝い
葬儀、お墓に関するご相談
不動産についてのご相談
相続や贈与に関するご相談
弁護士・司法書士による
相続の無料相談会 事前予約制
2026年 2日間開催
9/4(金)・5(土)
① 9:00～10:00 ②10:30～11:30
③13:00～14:00 ④14:30～15:30
⑤16:00～17:00 〈1組60分〉
★他の日程をご希望の場合ご連絡ください
【会場地図】
【会場】終活相談ナビ事務所 中央区多聞通2丁目4-4 ブックローンビル西館6階
お申し込みはお電話で 0120-078-125
NPO法人 終活相談ナビ TEL 0120-078-125 FAX 078-371-5218
〒650-0015 中央区多聞通2丁目4-4 https://www.fp-soudan.or.jp

浄土真宗本願寺派
現光寺の永代納骨墓
★お墓の後継者でお困りの方
★建立を迷っておられる方
★遺骨を抱えてお困りの方
他宗派の方もご相談ください
永代納骨料 ※彫板代含む
一般の方（一体につき） 30万円
ご門徒さま（一体につき） 25万円
本堂にある源氏物語の襖
現光寺は源氏物語の主人公『光源氏』の住居跡と伝えられ「源氏寺」とも呼ばれていた。
生前申込み可 管理費・維持費不要 神戸市認可
現光寺 第22世住職 片岡 大悟
浄土真宗本願寺派 現光寺
TEL 078-731-9090
〒654-0071 神戸市須磨区須磨寺町1丁目1-6 Pあり

神戸市営地下鉄 大倉山
駅から2分の永代供養
宗旨／宗派不問 生前申込可能 見学相談随時受付
神戸大倉山の緑豊かな楠寺境内にある永代供養墓「瑠璃光苑」。憂いなく、安心してお祀りいただける現代墓苑です。
樹木葬
緑溢れる苑内に近年注目されている「樹木葬」が誕生しました。
新たな合葬スタイルの永代供養です。
永代納骨堂
一家一壇式の仏壇型永代供養壇で祖先を大切にお祀りします。
屋内なので、天候に左右されず、いつでも気軽にお参りいただけます。
宗教・宗旨・宗派・国籍を問わずお祀りし、個人供養墓、夫婦供養墓、三人供養墓、散骨供養、動物霊廟、墓終い、お墓の改葬、お仏壇の開眼・閉眼・処分、仏事等も承っております。
くすのきでら 楠寺 瑠璃光苑（るりこうえん）
TEL.078-341-1894（みよ・いいやくし）
ホームページ るりこうえん 検索
〒650-0017 神戸市中央区楠町7-3-2 許可番号 神健斉第375号

D-ラーニング こども探偵団

西区役所（西区糀台）

6月28日(日)、D-ラーニング『こども探偵団』〜すべての情報を信じるな！真実を見つけ出せ〜ゲームで学ぶ「情報リテラシー」が西区役所5階地域活動支援コーナーで午前と午後の2回開催され、各回定員約20人が参加した。（共催／西区役所・西区連合婦人会　協力／神戸市外国語大学　学生教育団体LearnBo(ランボ)）

情報リテラシー▶情報を正しく収集・評価・理解し適切に活用する能力

「D-ラーニング」のDは多様性を表す「Diversity（ダイバーシティ）」の頭文字。同イベントは、子どもの視野を広げ、将来の選択肢を増やすことを目的とした小学生向けの多様な学びの場で、西区内の大学や企業の協力のもと年2回開催されている。

今回は「情報リテラシー」をテーマに、子どもたちが探偵団の一員になり、まちで起きた事件を解決するミッションに挑む。集まった証拠には、真実もあれば、まぎらわしい嘘も混じっている。仲間と話し合い、それらが正しい情報なのかを見極め、事件の真相に迫る。20人ほどの参加者の中には探偵になりきるアイテムとして大きな虫眼鏡を持参する子もいた。

まずは低学年・高学年別に3〜5人のグループに分かれる。低学年のグループには、問題の難易度を変え、わかりやすい説明にするなど「学生教育団体ランボ」のメンバーが工夫した。テーブルに着くと各自名札を作成し、自己紹介から始まった。ランボのメンバーもニックネームの名札をつけた。次に情報リテラシーに関するクイズでウォーミングアップ。「SNSに投稿したら危険な情報はどれ？」「地震が起きた！地震の情報はどこから得ればいい？」などの問題が出され、話し合いながら答えを探していく。

そしていよいよ〈事件簿ファイル〉が各班に渡され、担当する事件の謎を解く。このファイルには「サイン入りボールが盗まれた」「柿が食べられてしまった！犯人は誰？」など事件の詳細が書かれている。事件に関する情報や容疑者について書かれた〈証拠カード〉も渡され、犯人は、会場にいる「ランボ」の学生の中にいるという設定で進められた。証拠カードの情報は信憑性のあるものか、どうしてそう思うかなど、班のメンバーで話し合う。参考資料として容疑者の足跡のコピーや防犯カメラの映像写真なども見ることができた。真剣に事件に向き合っているところに、ランボのメンバーが手助けに入り解決へと進めていく。最後に、班ごとに推理した犯人、その理由などを発表した。

様子を見守っていた保護者は「前回の食育のイベントが楽しかったようでまた参加した。人数的にも楽しめて、天候に左右されないので安心して参加できる」と話した。参加者は「2時間ずっと頭をフル回転させ、頑張った」と満足な様子。共催の婦人会のメンバーは「情報リテラシーのクイズも正解し、子どもたちはよく理解している」と感心した。「情報はすぐに信じない、情報を疑うことは大切、これからもさまざまな情報と接するときにこのことを忘れないで」と会は締めくくられた。

編集室 お役立ち情報　みなと元町

元気な一歩は生きる活力に

「人生100年時代」と言われる現在、介護老人保健施設サニーピアをご利用される方の平均年齢は90.85歳です。長寿化が進む一方で、健康に自分らしく暮らし続けるためには、動ける身体を維持することが大切です。寝たきりの状態が続くと、筋肉量は1日で約1%低下するとされ、積み重なることでフレイル（介護が必要となる前段階）のリスクが高まります。

当施設では、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が連携し、一人ひとりの状態や目標に合わせたリハビリを実施しています。関節や筋肉へのアプローチに加え、日常生活で安全に身体を使えるよう、無理のない段階的な運動を行っています。利用者様が「できること」を一つずつ増やし、その方らしい生活を取り戻せるよう支援しています。

また、地域住民の皆さまを対象に、毎月第1・第3木曜日に無料体操教室を開催しています。健康づくりやフレイル予防のため、どなたでもお気軽にご参加ください。

▲理学療法士　清水さん

クリニック直結
2026年8月
サービス付高齢者向け住宅
サニーピア ドゥーエ
無料内覧会
7/24(金) 25(土)
13:00〜16:00
OPEN
メリケンパーク近く
家具家電付き
即入居可能
クリニック　訪問看護・介護　介護老人保健施設　高齢者向け住宅
https://www.sunny-pier.or.jp
一般財団法人 サニーピア 医療保健協会
中央区波止場町3-12（ホテルオークラ神戸向かい）
TEL.078-331-8637

ビバ！川柳

兼題「傘」　―新島 都子 選―

天　傘一つ想いは一つ雨ざんざ　高倉台　千足　千

地　子の巣立ちやっと安堵の傘たたむ　五色山　宮崎　晴己

人　もう誰も自分の傘に入れられぬ　小束山　松井　憲三

《 評 》

「天」「想い」とは…。川柳の句の鑑賞は読み手に任されていて、その句を自分の思いと重ねて自由に解釈することが許されている世界。「一つ」という限られた数が作者の想いの深さをより強いものにしているように思う。雨が降りしきる中、作者の強い決意が…そんな光景が浮かぶ一句。下五も効いている。その想いも通じて、雨も止み傘の雫を切る日が来るのを願っている。きっと青空も覗いてくるに違いない。

「地」安心して巣立ちを見送っている親の姿。子を信じて後は静かに見守るだけ。良い親子関係ですね。親は何時までたっても子を案じてはいますが、傘をたためるのは任せてみようという思いがあってのこと。子供も親のそういう姿をちゃんと見ていての巣立ち。良い門出です。なかなかこうも行かないことが多いのですが…。親の傘って、時に重たく感じてしまう時もあったりして…。

「人」自分の傘に入れてあげるという事は、それなりの理解と責任が伴うもの。今まではその気概もあったが、ここからは…。わかりますね。歳を重ねて見えてきたこともあるが、重さを受け止めかねている自分もいる。もう…。一緒に背負えないから、傘にも入れとは言えない。それも大事なけじめのつけ方かもしれぬ。自分をしっかり見詰めながら生きてこられた作者の姿が見える一句。

AIの傘はまだまだ進化中	学園西	西　昌子
傘一本からラブストーリーの始まりぬ	井吹東	塚越　あや
アリたちがホタル袋で雨宿り	学園西	大屋　庄平
美人かも夜目だ遠目だ傘の内	井吹西	壽　和洋
傘借りて干して手作りジャム添える	菅の台	松本　昭子
夫という傘に守られ喜寿の坂	横尾	中川　智子
傘持って散歩杖やら日除けやら	樫野台	西尾　良二
相合傘ウフフフフフ今夫婦	竹の台	秋山　博志
青春の相合い傘の甘酸っぱ	井吹東	門田　陽子
飲み会に持って行きます古い傘	糀台	宮崎　正和
気まぐれの天気伺う今朝の傘	五色山	森　紀久子
ニュー日傘四角いうえに反り返る	井吹東	若松　順子
赤い線目印あるよ僕の傘	春日台	跡治　理彦
春雨にぬれる事なく卒寿です	滝谷町	中井　伸子
畦道の案山子さんにも傘かざし	学園西	穐本　清子
雨の中傘などいらぬ甲子園	美賀多台	青木　しげみ
転任のせつない坂道一人傘	北落合	細見　早知子
照れながら男日傘を差す酷暑	横尾	沖　千代子
狭い道互いに会釈で傘かしげ	五色山	廣谷　育代
傘踊る姉に会えるとはずむ足	狩場台	別所　悦子
二人なら雨も楽しい傘の中	狩場台	酒井　千恵子
思案する夫婦二人の傘の距離	多井畑	大高　松男
近年は老若男女子も日傘	美賀多台	宮本　順子
憎まれっ子上手くあしらう傘マーク	清水通	湊　利隆
決めました傘寿くらいで免許返納	竹の台	藤木　定雄

風が苦手ビニール傘の骨密度	竜が台	有岡　敏晴
相合い傘狙い的中雨男	井吹東	川本　勝三
にわか雨善意の傘はあと一つ	美賀多台	鹿毛　聰
一年中晴雨兼用大活躍	糀台	川崎　智子
番傘に聞く雨音の懐かしき	神の谷	中田　慎二
新しい傘と長靴雨待つ子	小束山	明石　祐三
月の傘孫の遠足気にかかる	井吹東	足立　ちゑ
核の傘破れてしまいそうな道	道正台	原　三郎
ビニ傘で透けて見られた恋の中	道正台	箱上　孝之
濡れた傘未練断ち切るように干す	井吹東	石川　憲政
傘の花黄色ばかりの通学路	東落合	元満　素子
照れ隠し相合い傘の肩しずく	青山台	藤木　雅信
善意の傘戻る日本が誇らしい	糀台	小池　洋子
にわか雨傘が御縁の交差点	井吹西	山里　郁
ベビーカー傘をさしかけ犬が行く	井吹西	上田　旬司
銀傘に校歌の響く甲子園	竹の台	佐々木　堯
よく似てる傘を開くと他人のだ	明石市	郡山　博樹
道端にぽつねんと立つ傘地蔵	霞ヶ丘	片岡　邦夫
雨上がり傘を閉じれば虹の橋	狩場台	大石　洋子
父偲ぶ番傘の渋似て頑固	井吹北	小紫　喜八郎
忘れ物微動だにせぬ傘の首位	学園東	宗岡　巌
遠い日のあいあい傘の彼はいま	白川台	邑上　チエ子
上等な傘は買わない忘れんぼ	白川台	大賀　榮
自転車でスマホはやめて傘やめて	五色山	武田　昇
太山寺抹茶頂く野点傘	五色山	三澤　富美子
日傘効果初めて知った関西万博	学園東	石川　豚木

※選者、新島都子氏所属「ふあうすと本社」の句会は7ページに掲載

9月23日号 ビバ！川柳

兼題 **罪**　8月25日 締切

ハガキの裏に未発表の自作品3句以内と**作品の横に住所、氏名を明記**して左記まで郵送を。Eメールも可。

郵送 〒654-0154 須磨区中落合2・2・5 名谷センタービル5階 ビバ！ニュータウン編集室「川柳係」

Eメール info@vivanewtown.com

＊毎月入選3名の投句者様に編集室よりプレゼントをお贈りします

INFORMATION

講座・講習会

★ふあうすと川柳社 8月本社句会
日時／8月8日（土）午後1時開場
会場／神戸市立総合福祉センター（婦人会館）4F「第五会議室」（中央区橘通3・4・1）
兼題／「際どい」「くるり」「もがく」「雑詠」席題1題（当日発表）各題2句・出句締切午後2時
参加費／1000円
問い合わせ先／ふあうすと川柳社 TEL 360・9005

★新・地域文化講座 神戸学をまなぶ～神戸近現代史再発見～第74回「加納宗七の神戸」
明治初期神戸の都市計画功労者・加納宗七。40歳で神戸に来て、生田川付替跡地の市街地造成、「加納湾」の建設などで神戸に大きな足跡を残した。
日時／8月12日（水）午前10時～11時半
会場／ふたば学舎2階2・A多目的室（長田区二葉町7・1・18）
講師／楠本利夫さん（シニアルネサンス研究会理事長、国際関係学博士）
定員／50名（先着順、要予約）
受講料／1回500円
申込方法／窓口またはTEL、FAXで申し込む。
連絡先／ふたば学舎 TEL 646・8128 FAX 646・8138

募集

★第19回大切な家族へ想いを届けるメッセージ大募集
メッセージを通して、伝えることの大切さや、家族の絆を再認識してもらうことを目指して実施。
審査委員長／玉岡かおるさん（作家）
募集対象／兵庫県在住・在勤者、兵庫県学校厚生会会員とその家族
応募要領・方法／詳細は下記の二次元バーコードより
応募締切／9月11日（金）必着
主催／一般財団法人兵庫県学校厚生会
応募・問い合わせ先／〒650・0012 中央区北長狭通4・7・34（一財）兵庫県学校厚生会「メッセージ大募集」係 TEL 331・9051 https://www.kouseikai.or.jp

イベント

★夏のふしぎひろば
子どもから大人まで一緒に楽しめるアートとエンターテイメントのイベント。展示や公演、ワークショップを通して、日常がいつもとは少し違って見える、そんな〝ふしぎ〟な体験を楽しむことができる。
会期／～8月31日（月）まで開催中。
詳細は下記の二次元バーコードより
主催／新開地アートひろば（兵庫区新開地5・3・14）TEL 512・5500（午前10時～午後10時・火曜休館※火曜日が祝日の場合は翌日に振替）

★第24回西神中央ふれあい夏まつり
日時／7月24日（金）・25日（土）午後5時～8時半
※雨天中止
会場／糀台公園多目的芝生広場（西区糀台3・33）
イベント／よさこい匠（25日のみ）、ヴィッセル神戸（24日のみ）、盆踊り、和太鼓咲琴、空くじなしガラポン
模擬店／◎公園deピクニック参加◎かき氷・ポップコーン◎ソフトクリーム◎焼きそば◎たこ焼き（24日のみ）◎たこせん◎おもちゃ各種ゲーム◎スーパーボールすくい◎キッチンカー2台　その他いろいろ
主催／西神中央自治連合協議会・夏まつり実行委員会

販売会

★須磨区自立支援協議会の須磨大丸屋外販売会
日時／8月6日（木）午前10時半～午後2時
場所／須磨大丸屋外（軒下）スターバックスの隣（須磨区中落合2・2・4）
参加事業所／すまみらい、ASSIST
販売製品／焼菓子、刺し子、手編みマット、手作り雑貨（アクセサリー、キーホルダー、付箋、封筒など）

地下鉄沿線　イベント

リファーレ横尾　☎741-8814　妙法寺
7/26（日）11:00～16:00 ちびっこ縁日［館内1階・2階］
専門店の買上レシート200円（税込）ごとに1回縁日を楽しめる。
※1枚のレシートで最高5回まで。【対象レシート期間】7/18～7/26

須磨パティオ　☎793-1740　名谷
8/15（土）あそびの学校「うまくゴールできるかな？バランスゲーム」
［1番館2階　ABC-MART前］いっしょにつくろう！いっしょにあそぼう！
〈対象〉4歳～小学6年生　〈費用〉無料　〈受付時間〉10:30～、開催場所にて先着順
〈開催時間〉【1部】11:00～11:50【2部】13:00～13:50【3部】14:00～14:50【4部】15:00～15:50　〈参加人数〉50名

キャンパススクエア　☎793-6601　学園都市
7/22（水）・8/2（日）・12（水）・26（水）
神戸ウェストメンバーズカードポイント5倍デー

セリオ　☎992-6200　西神南
8/8（土）・9（日）生活応援の日
神戸ウェストメンバーズカード・ポイントアプリ5倍ポイントアップ！

プレンティ　☎992-0001　西神中央
プティとレンとずっと友だちキャンペーン
プレンティLINE公式アカウントのお友だちを対象に、お得なクーポンが当たる抽選を不定期で実施するプレゼントキャンペーン。
いつ開催されるかはLINEからのお知らせで案内。
登録はコチラ

読者投稿コーナー　ペットのひろば

うちの子紹介

“モフ”
ロップイヤーのウサギ「モフ」
ちょうど1歳を過ぎた頃で
とても食欲旺盛で
元気にしてます
【垂水区　プー太郎さん】

“とうふ”（愛称ピーちゃん）
人の手に乗るのが大好きなおとなしい女の子
最近、きゅうりの美味しさに目覚めました！
【西区　あーちゃんさん】

「ペットのひろば」のコーナーでは、読者の皆さまからペットのさまざまな情報を募集しています。《うちの子紹介》かわいいペットの自慢の写真を紹介。《探しています》まいごのペットたちのSOSに。などなど、ペットに関する情報を受付中です。

皆様の投稿お待ちしてます！

応募先
郵　便／〒654-0154　須磨区中落合2-2-5 名谷センタービル5F
メール／info@vivanewtown.com
ビバ！ニュータウン編集室「ペットのひろば」係

読者PRESENT

ご招待券 ペア3組様

応募締切 8/4（火）17時必着

映画「栄光のバックホーム」招待券

©2025「栄光のバックホーム」製作委員会

2013年のドラフト会議で阪神タイガースに2位指名された横田慎太郎。2016年の開幕戦では一軍のスタメン選手に抜擢され初ヒットを放つ。ところが間もなく、ボールが二重に見えるという異変が生じる。医師による診断結果は“脳腫瘍”。21歳の若者には過酷な宣告だった。それでも慎太郎は母のまなみをはじめ、家族や恩師、チームメイトら多くの人びとに支えられて、病との闘いに立ち向かっていく。そして、引退試合では“奇跡のバックホーム”を披露し、スタジアムは感動に包まれた。しかし、慎太郎のドラマは、そこで終わりでなかった…。

〈出演〉松谷鷹也　鈴木京香　前田拳太郎　ほか
〈監督〉秋山 純　※日本語字幕付き

2026年
9/3（木）明石市立市民会館 大ホール
9/10（木）垂水区文化センター レバンテホール

時間／①10:30 ②14:00（開場／各回30分前）
料金／一般（中学生以上）1,300円
60歳以上・障がい者 1,100円　小学生 500円
主催／神戸ファミリー劇場 TEL.080（6118）5394
兵庫県映画センターTEL.078（754）5503
明石会場共催／アワーズホール・明石市立市民会館
※明石会場のみ前売券（900円）あり。
明石市立市民会館TEL.078（912）1234　西部市民会館TEL.078（918）5678

特別割引
本紙持参で
一般　1名様 1,300円
60歳以上・障がい者 1,100円
↓
1名様につき 1,000円に割引！（3名様まで）

応募に関する問い合わせは、編集室TEL.078（798）5906

郵送で応募
郵便ハガキに《希望賞品名/〒/住所/氏名/年齢》を明記し郵送。
〒654-0154 須磨区中落合2-2-5 名谷センタービル5F
ビバ！ニュータウン編集室「読者プレゼント」係

メールフォームで応募
右記二次元バーコードを読込み

ー当選者は、商品の発送をもって発表と代えさせていただきますー

真の国際人として羽ばたくための礎を築く　学校法人愛徳学園　愛徳学園小学校

学校法人愛徳学園が運営する「愛徳学園小学校」は、キリスト教的愛の精神に基づいた心の教育を大切にしている。「考える力・伝える力・やり抜く力」の3つの力の育成を目指し、確かな基礎力を土台に多様な体験活動を通して探求心を育む。

心の教育の一環である愛徳スマイルプロジェクトでは「マナーは他者への思いやりを形にしたもの」という考えのもと、美しい立ち居振る舞いや挨拶、言葉遣いなどを、その意味から考え、身に付ける。四季にあわせて行われるホテルセトレ舞子とのコラボレーション給食では、食育として毎回、料理長考案のメニューに使われる地元食材の生産者から講話をいただいている。体験学習として学期ごとに取り組んでいる茶道教室では、自国の文化を身に付け、相手の文化や価値観を互いに尊重できる、真の国際人としての精神も育む。

創立当初より力を入れている英語教育は、全学年週4時間の授業を行っている。ネイティブ教員3人が在籍し、オールイングリッシュの授業が展開される。英語劇や暗唱大会、イングリッシュキャンプなど、英語を活かす場も豊富で、3年生以上は自校で英検も受検。卒業までに3級以上の取得を目指し、近年は毎年2級の合格者も出ている。希望者対象のオーストラリア研修では雄大な自然の中で歴史を感じながら現地の文化にふれ、英語で交流することで国際的な視野を広げられる。

ホテルセトレ舞子とのコラボレーション給食

オーストラリア研修

個別相談・学校見学　随時受付中

入学テスト
A日程 9/5（土）【願書受付期間】7/21（火）～9/4（金）
B日程 9/9（水）【願書受付期間】7/21（火）～9/8（火）

学校説明会 要予約
第3回 11/7（土）10:00～11:30 園児・保護者対象

※詳細はホームページにて

学校法人愛徳学園
愛徳学園小学校
☎708-5353
〒655-0037　神戸市垂水区歌敷山3-6-49
https://el.aitokugakuen.ed.jp

ホームページ　インスタグラム

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。各項目をご覧下さい。
※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(798)5906
FAX(798)5907
Eメール info@vivanewtown.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/☎798-5906

教えます　求　人

他「飲食」「イベント」「おしらせ」など
1回のみ1行2750円（税込）2回以上
1行2200円（税込）
「求人」「不動産」は1行2750円（税込）

【みにみにあど】【まちかど掲示板】に
2次元バーコードを掲載できます！
◆3行以上のお申し込みから掲載可。バーコードのサイズは10mm角（4文字×3行分の大きさ）。バーコードが入る行の文字数は10文字となります。カラー不可。モノクロに限ります。

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）
電　話(798)5906
FAX(798)5907
Eメール info@vivanewtown.com

2024年12月開院
おおした動物病院
神戸須磨シーワールドすぐそば
078-731-0001
https://oshita-ah.com/

おしらせ

イベントなどのさまざまな告知にご利用下さい。

〈司法書士による無料相談会〉
◆相続、遺言、登記、成年後見の無料相談会を開催します。
8／5（水）・8／19（水）
13：30～16：00
会場：西区文化センター2階
事前予約制（10件）です。
お気軽にご相談ください。
☎977-7730担当池本
兵庫県司法書士会明石支部

医療法人社団
ファミリー歯科クリニック
一般歯科・小児歯科・矯正歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:15～13:00	○	○	／	○	○	○	☆
14:00～18:00	○	○	／	○	○15:00～	○	

☆第3日曜午前のみ（変更あり）矯正治療日
休診日／◆水曜日 ◆第3以外の日曜 ◆祝祭日
夏期休診日 8/11(火・祝)～16(日)
須磨区北落合3丁目28-2エイゼンビル2F（P有）
北落合3丁目バス停前
https://kobe-fdc.com ☎796-3020

育成医療指定機関・顎変形症保険医療機関
渡辺矯正歯科
Watanabe Orthodontic Clinic
相談無料 予約制 Tel.078-795-0888
夏期休診日：8/11(火・祝)～16(日)
〈診療時間〉月曜・木曜・金曜 PM1:00～8:00
土曜・第2,4日曜 AM9:30～12:00 PM1:30～6:00
〈休診日〉火曜・水曜・第1,3日曜・祝日
須磨区北落合2-7-4　渡辺矯正歯科

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科
三輪整形外科クリニック
日本整形外科学会認定　整形外科専門医
院長・医学博士 三輪 啓之
お気軽にご相談ください！
●手外科専門外来
●PRP療法（再生治療）
●動注治療（ヘパーデン結節など）
●シェイプアップ外来
●スポーツリハビリ
オンライン診療（AGA/シェイプアップ外来）キャンペーン中
夏期休診日 8/19(水)～8/24(月)

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○
15:30～19:30	○	○	○	／	○	◎14:00～18:00

◎第1・2・3・5土曜日の午後診療時間は14:00～18:00
●運動器リハビリ・シェイプアップ運動指導・マッサージ（ネット予約可）
☎(786)3811
神戸市垂水区舞多聞西5丁目1-3
ノアすこやかプラザ舞多聞クリニックモール

手頃な掛金で、お子さまの病気・ケガに備える
こども共済
月額掛金 500円～
学校生活・クラブ活動中のケガにも対応
入院日額　日額 5,000円～
傷害通院　日額 1,000円～
WEB申込 詳細はこちら
兵庫県の皆さまを支える共済事業を行っています。
暮らしの安全と安心を見守る青い鳥 神戸市民生協 SINCE 1955 兵庫県知事認可
0120-81-9431
営業時間：平日 9:00～17:30

知的障がいのある方の外出をサポートする　※兵庫県指定
知的ガイドヘルパー資格
養成研修開催　受講生募集中
知的障がいのある方達の外出を支援するためのヘルパー資格を最短3日間で取得できます。
研修日時　講義〈1日目〉8/30(日) 9:30～16:30（計2日間）
〈2日目〉9/ 6(日) 9:00～17:00
実習 9/7～10/26 のうち希望日で1～2日
（実動6時間程度、実際のヘルパー活動への同行）
開催場所　センターかけはし（神戸市垂水区王居殿3-6-1）
受講料　15,000円（学生 8,000円）
募集定員　20名（先着順）
申込方法　郵送、電話、FAX、E-mailのいずれかで
必要事項【氏名・生年月日・住所・連絡先・所属】
登録ヘルパー随時募集中
資格取得後は、当団体の登録ヘルパーとして活動が可能です。
申込・問合先
特定非営利活動法人 Gネット（担当：斉藤まで）
☎078-753-6026
FAX: 078-753-6029 / E-mail: gnet_npo@ybb.ne.jp
〒655-0883 神戸市垂水区王居殿3-6-1 センターかけはし内
HP
センターかけはし
地域福祉センター
東垂水小学校
視覚特別支援学校
兵庫信用金庫
商店街
N
滝の茶屋整骨院
見晴らし階段
滝の茶屋
至・垂水 山陽電鉄
至・塩屋

求人情報

求人掲載ご希望の方は
編集室まで
お申し込み下さい
TEL 078-798-5906
FAX 078-798-5907

（税込）
小枠（横61×縦32mm）18,150円
中枠（横61×縦67mm）36,300円
大枠（横124×縦67mm）72,600円

ポスティングスタッフ募集
募集エリア：垂水区
チラシを各戸配布して頂くお仕事です
●週1～2回（約2時間程度）
●空いた時間にできます
●反響奨励金制度あります
●シニアの方も活躍中
三日坊主だった運動も仕事なら続けられる！
まずはお気軽にお電話ください
KANAU不動産 Tel.0120-650-333
垂水区舞子台6-10-12（担当：塚越）

理学療法士・作業療法士（常勤・パート）募集
リハビリ室拡大に伴い急募　未経験者も大歓迎
スポーツ整形のリハビリにも力を入れています
給与【常　勤】月給 30万円～　※ご経験により優遇
【パート】時給 2,000円～
時間/午前診 8:30～12:30、午後診 15:30～19:30
※パートは平日午前・午後診または土曜午前診に週1コマ以上で勤務時間・曜日は応相談
休日/木・土曜午後、日曜、祝日、年末年始、お盆
※木曜午後勤務して、土日を休みとすることもできます
待遇/【常勤】賞与年2回【パート】寸志年2回【共通】昇給有、制服貸与、交通費規定内支給、厚生年金、労災保険、資格取得支援あり、車・自転車・バイク通勤可、各種保険。★定期的に勉強会あり
【訪問リハビリ】1回40分5,000円
お気軽にお電話、メール、または履歴書（自筆・写真貼付）を下記住所（採用係）宛てにご郵送ください。
整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科・スポーツ整形
かわかみ整形外科クリニック
〒655-0004 垂水区学が丘4丁目15-15
clinic@kawakamiseikei.jp ☎(786)5688
https://kawakamiseikei.jp/

募集
ポスティングスタッフ
★学園東町4
※月2回、指定日（第2・4水曜日）に確実に配布できる方。
★霞ヶ丘4・5
★星陵台
★小東山手1～3
※月1回、指定日（第4水曜日）に配布できる方
初心者OK！
気軽にお問い合わせください
078-798-5906
NPO法人ビバ・ニュータウン編集室
〒654-0154 須磨区中落合2-2-5名谷センタービル5F

西神中央駅から徒歩3分の好立地です！
尊厳をそこなわない優しい介護を目指しています！
①デイサービス運転手 パ
デイサービス利用者の送迎業務（ハイエースまたはキャラバン）及び送迎時の軽介助、その他付随する業務
勤務/Ⓐ 7:30～ 9:30｜を含む 15:00～17:30｜1日5時間以内
Ⓑ 8:00～ 9:30｜を含む 16:00～17:30｜1日4時間以内
ⒶとⒷの組み合わせで、週に3～4日程度
給与/【日給】Ⓐ5,600円 Ⓑ4,500円
※土・祝は+500円/日
休日/②は月9日、年間休日107日、（パート）勤務日時応相談、デイサービスは日曜日休み
待遇/各種社会保険完備、交通費規定支給、諸手当有（正社員）賞与年2回（※規定による）有給休暇、退職金制度
②介護職員 正 パ
デイサービスまたはグループホームの介護業務（正社員）初任者研修以上（パート）無資格可
勤務/〈日勤〉8:30～17:30〈遅出〉11:00～20:00
〈夜勤〉16:30～翌9:30
（デイサービス）8:30～17:30
給与/正【月給】
グループホーム 236,300円～244,300円
※一律処遇改善手当、夜勤手当5回（5,000円／回）を含む
その他、日祝手当、遅出手当等あり
デイサービス 216,300円～224,300円
※一律処遇改善手当、運転手当を含む、その他、日祝手当あり
パ【時給】1,190円～1,230円（資格による）
※処遇改善手当を含む、その他日祝手当、運転手当等あり
〒651-2274 神戸市西区竹の台6-4-2
株式会社ユイックス
まずはお気軽にお電話下さい！
☎078-993-6661
（土・日・祝日以外の8:30～17:30にお願いします）
事業所名
・西神中央デイサービス
・西神中央グループホーム
・西神中央えがおの窓口

受付・医療事務（正職員）
仕事 外来受付・会計・レセプト業務等
月給 195,000円～215,000円（レセプト手当含）
時間 8:30～19:30（実働8h）
※パート応相談
助産師（正職員）
仕事 病棟助産師業務
月給 275,000円（資格給込／夜勤別途30,000円／回）
時間 8:30～17:00（実働8h）※パート応相談
看護師（正職員）
仕事 婦人科・産科外来業務
月給 240,000円（資格給込／夜勤別途24,000円／回）
時間 8:15～19:30（実働8h）
※パート応相談
キッチン・調理補助（パート）
仕事 朝食調理・昼夕食調理補助・配膳等
時給 1,200円　※時間応相談　週2～5日
時間 ① 6:30～15:00　※①または②
②16:00～20:00　※6:30～8:00 時給1,500円
保育士（パート）
仕事 病児保育室での保育
時給 1,400円　週2～3回
時間 ① 7:30～16:00　※シフト制
② 8:00～17:00　①②③ともに可能な方
③ 9:00～18:30
正職員は年間240日勤務・病児保育室利用可
医療法人社団恵友会
久保みずきレディースクリニック 菅原記念診療所
〒651-2273 西区美賀多台3-13-8
応募 各部署の採用担当までお電話下さい
☎(961)3333