



7

2023

区民広報紙



かもめん ぷす

KOBE防災ポータルサイト SONAE to U?(そなえとう)

気軽に防災に親しめるサイト。防災について子どもと楽しく学べるクイズも掲載されているもめ!



雨の季節を乗り切ろう! きほんの防災クイズ

梅雨・台風・ゲリラ豪雨——。雨がたくさん降ると、洪水・浸水だけでなく、地盤のゆるみによる土砂災害など、災害の危険性が高まります。クイズを通して防災の基本を復習しましょう。

クイズに正解した人のうち、抽選で10名にかもめんグッズをプレゼント!

Q.1~Q.4の空白を埋めてキーワードを完成させましょう!

あめにも
そ え

神戸弁?

はがきかFAXか電子メールに ①防災クイズの答え ②16面で特集してほしいテーマ ③郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、中央区地域協働課(〒651-8570 住所不要 F335-7469 chuokouhou@office.city.kobe.lg.jp)へ。7月13日消印有効。抽選。

※1人で2通以上の応募は無効です。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。個人情報 は商品の発送にのみ使用させていただきます。

よくある質問

Q.1 空白に入る文字はなに?

在宅避難に必要な「自宅の備蓄食」を確保するために有効な、食材を **食べながらストックする方法** を指す語。非常食だけではなく、レトルト食品など普段の生活でも食べられる食材を多めに購入するのがポイント。災害時こそ、普段から食べ慣れたおいしい食事を食べて、復興活動の活力を補えるようにしておきましょう。



かもめん's Comment

食べ物以外にも忘れずに
備えておくもめ!



Q.2 空白に入る文字はなに?

土砂災害は3種類。そのうち **大量の砂と水が細い川から一気に流れ出す現象** のこと。

▼詳しくはこちら



- がけ崩れ** 斜面が急に崩れ落ちる現象
- 土石流** 大量の砂と水が細い川から一気に流れ出す現象
- 地すべり** 緩い斜面が広い範囲でゆっくりすべり落ちる現象

土石 ゆ

土石流は速度が速く破壊力もあるため、流れの方向に対して直角に逃げましょう。

Q.3 空白に入る文字はなに?

土砂災害発生時に、**危害が生じるおそれのある区域** の呼び方。山間部に加えて、山本通や北野町、熊内町などの山に近い地域も土砂災害への警戒が必要です。



かもめん's Comment

ハザードマップで住んでいる
地域を確認するもめ!



土砂災害けい い区域

Q.4 空白に入る文字はなに?

警戒レベル4の避難情報 のこと。2021年5月、「避難情報に関するガイドライン」が改定され、警戒レベルが5段階で示されることになりました。

レベル	1	2	3	4	5
状況	今後気象状況悪化のおそれ	気象状況悪化	災害のおそれあり	災害のおそれ高い	災害発生又は切迫
行動を促す情報	早期注意情報(気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報(気象庁)	高齢者等避難	避難指示	緊急安全確保

かもめん's Comment

今、どこで、どのくらい危険かを
知るには「キキクル」が便利もめ!



ひ ん じ

高齢者など避難に時間がかかる可能性がある人は、警戒レベル3のタイミングで避難しましょう。

雨の豆知識 | 報道される雨量って実際どんな感じ?

1時間雨量
20~30ミリ
いわゆる土砂降り

1時間雨量
30~50ミリ
バケツをひっくり返したように降る

1時間雨量
50~80ミリ
滝のように降る

くらしの防災ガイド

▶2023年度版を6月中に全戸配布



防災に関するさまざまな情報を掲載しています。住んでいる地域の危険性や緊急避難場所の確認にご活用ください。



記号の見方

☎ 問い合わせ ☎ 電話 ☎ 内線 F FAX ✉ メール 無 無料 申不 申込不要 先 先着順 抽 抽選
☎ 中央区役所・中央区社会福祉協議会 (代表番号) 335-7511 (オペレーターに内線番号をお伝えいただくとスムーズです)

第50回ふれあいバドミントン大会 抽

日時 8月27日(日)9:00~
場所 王子スポーツセンター
料金 1組2,000円(ダブルスのみ)
申込 8月10日(木)までに申込用紙に記載された住所へ郵送
※申込用紙は二次元コードよりダウンロード



☎ 神戸市中央区バドミントン協会(桑坂)
☎ 090-2119-0331 ✉ hayato.k.8810@cat.zaq.jp

こうべ海の盆踊り2023 申不

関西最大級の盆踊りイベントである「こうべ海の盆踊り」を今年も開催します! 臨場感ある民謡の生唄・生演奏にあわせて、日本の伝統文化である「盆踊り」をみんなで一緒に楽しみましょう。

日時 8月19日(土)15:00~20:30(小雨決行・荒天中止)
15:00~ キッチンカーなどの出店
18:00~ 盆踊り開始

場所 メリケンパーク(波止場町2)
※2023年は屋台の一般募集は行いません。



第73回“社会を明るくする運動” 広報パレードを実施します

“社会を明るくする運動”は、犯罪の防止と犯罪をした人たちの立ち直りのための啓発活動で、非行のない安全・安心な地域社会を築こうとする全国的な運動です。この運動は昭和26年から継続され、今年で73回を迎えました。中央区保護司会は毎年7月の“社会を明るくする運動”強調月間を中心として、地域での広報活動、小中学校との公開ケース研究会、作文コンテスト、ミニ集会、街頭パトロールなどを行ない、犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える活動をしています。

日時 7月2日(日)14:00~15:00
場所 神戸元町商店街

☎ 中央区保護司会 ☎ F 599-8271



中央区役所新庁舎 中央区文化センター OPEN 1周年!

2023年7月19日で、中央区役所新庁舎・中央区文化センターの開館から1年を迎えます。

多くの方が訪れ、集う施設として、愛される区役所・文化センターとなれるよう、引き続き取り組んでいきますので、今後ともよろしくお祈りします。



中央区文化センター 1周年記念コンサート 申不 先

「Treasures of KOBE」~A City with a Cosmopolitan Soul~

中央区文化センターの音楽プロデューサー、マウロ・イウラート氏によるヴァイオリンとパブロ・エスカンデ氏によるピアノとの心地よいデュオをお聴きください♪



日時 7月9日(日)14:00~開演
場所 区文化センター1階多目的ルーム
料金 一般2,500円/学生2,000円(小・中・高)(未就学児は要相談)

☎ 区文化センター ☎ 381-7899 F 381-7114

おやこふらっとひろば中央 1周年記念コンサート 無 先

おやこふらっとひろば中央がオープンして1年を迎えます。皆さまへの感謝の気持ちを込めて、素敵な音色をお届けします。親子で豊かな時間をお過ごしください。

対象 0~2歳の子どもと保護者
日時 7月19日(水)10:00~
場所 区文化センター1階多目的ルーム
申込 7月8日(土)10:00~
二次元コードより



▲詳細はこちら



☎ おやこふらっとひろば中央 ☎ 332-5710 F 332-5711

かもめんビュー

「ふれあい中央カーニバル」

4年ぶりの「ふれあい中央カーニバル」が5月27日(土)に開催されたもめ。当日はとってもいいお天気で、たくさん人が遊びにきてたもめ。ぼくも、会場を歩いたり、お友だちと写真を撮ったりして、お祭りを満喫できたもめ♪これから始まるお祭りシーズン、みんなでもっと盛り上がっていかようめ!



■かもめんがまちの魅力を発信! @kobe_chuo Instagram 神戸市中央区(かもめん)

中央区公式SNSアカウント

■地域の子育てイベントを好評配信中! ためまっぷ中央

アクセスはこちら



図の記載のない記事の問い合わせは 市総合コールセンター（年中無休 8:00～21:00）

ナビダイヤル (0570)083-330 電話番号 333-3330 FAX 333-3314

新型コロナウイルスの影響により、本紙記載の行事については内容変更や開催中止の可能性があります。開催状況は各事業の問い合わせ先やHPでご確認ください。

イベント

高齢者向け 学生を起用した スマホ体験教室の開催

体験用スマホを貸し出した、スマホ体験教室を実施します。

日時 8月30日(水)10:00～12:00
場所 区役所8階 801会議室
申込 7月12日(水)9:00～8月16日(水)に二次元コードより

ボランティア入門 講座受講生募集

※毎月実施
中央区でボランティア活動を始めたい方を対象にボランティアの基礎知識や心構えについてのミニ講義と簡単なボランティア体験を実施します。

日時 7月21日(金)14:00～15:30
場所 区役所5階ボランティアルーム
申込 7月20日(木)までに下記問へ
問 中央区社会福祉協議会
中央区ボランティアセンター
☎ 333-4422 内 333 F 333-4421

お知らせ

2023年度秋季スポーツ教室 参加者募集

秋から始まるスポーツ教室に参加してみませんか？
申込方法等、詳しくは施設HPをご覧ください。

受付 7月10日(月)～31日(月)の期間
問 磯上体育館
☎ 251-6622 F 251-6623

兵庫県警からのお知らせ

求む！情報提供！

兵庫県警察は、
●特殊詐欺事件の犯人につながる情報
●特殊詐欺犯人の拠点に関する情報を広く求めます。些細な情報でかまいませんので、積極的な情報提供をお願いします。情報提供者の保護には万全を期します。有効情報には情報料をお支払いします。

情報料 上限金額原則30万円
(特に有効な場合は100万円)

情報提供方法 県警ホームページ・郵送
詳しくは兵庫県警察ホームページをご覧ください。

問 生田警察署
☎ 333-0110 F 322-0110
問 葦合警察署
☎ 231-0110 F 252-0227
問 神戸水上警察署
☎ 306-0110 F 302-0110

子育て

親子で学ぼう救急講座

対象 幼児・小学生と保護者
日時 7月30日(日)13:30～14:30
場所 磯上体育館
料金 500円
申込 7月8日(土)から電話で問へ、または直接来館
問 磯上体育館
☎ 251-6622 F 251-6623

夏休み短期体操教室

対象 ①年少～年長②小学1年～4年
日時 ①7月26日(水)～7月28日(金)9:15～10:45
②7月26日(水)～7月28日(金)11:00～12:30

場所 磯上体育館
料金 2,700円
申込 7月15日(土)までにFAX・Eメール・はがき(7月15日(土)必着)で問へ、または申込先へ直接来館
問 磯上体育館(〒651-0085 神戸市中央区八幡通2-1-38)
☎ 251-6622 F 251-6623
✉ info@isogami-gym.jp

中央図書館からの お知らせ

対象 ①③⑤3歳～小学生
②④0～3歳の子どもと保護者
場所 中央図書館
①たんぼぼおはなし会
日時 7月8日(土)15:00～15:30
②おひざのうえのおはなし会
日時 7月15日(土)15:00～15:30
③おはなし会
日時 7月22日(土)15:00～15:30
④絵本おたのしみ会
日時 7月28日(金)11:00～11:30
⑤かみしばいの会
日時 8月5日(土)15:00～15:30

●夏休み特別おはなし会

対象 (午前)0～3歳の子どもと保護者
(午後)4歳～小学生
日時 7月25日(火)
午前①11:00～11:30
②11:30～12:00
午後 14:00～14:45

三宮図書館からの お知らせ

場所 三宮図書館
問 ☎ 321-5015 F 326-5614
●おはなし会
対象 幼児～小学生(第2土曜日のみ0～2歳の子どもと保護者)
日時 毎週土曜15:00～15:30

●『ちぎゅうパスポート』 原画展

世界各国のえほん作家による絵本『ちぎゅうパスポート』の原画作品を展示します。
対象 一般
日時 7月19日(水)～8月6日(日)
平日(土曜含む)10:00～21:00
日祝10:00～18:00(月曜は休館日)

4月から「まちづくり課」の名前が「地域協働課」になったため



各種相談

種類	実施日・時間/場所	申込・問い合わせ
市民法律相談 先 7人・予約制	日時 水曜(祝休日除く)13:00～16:00 場所 区役所6階	申込 相談希望日の前週木曜から当日14:00までに二次元コードより
行政相談 申不	日時 7月25日(火)14:00～16:00 場所 区役所6階	問 兵庫県行政評価事務所 ☎ 331-9096 F 333-7919
心配ごと相談 申不	日時 7月11日(火)13:30～15:30 場所 区役所5階	問 区社会福祉協議会 ☎ 428 F 333-4421
成年後見制度相談 申不	日時 7月27日(木)13:30～15:30 場所 区役所5階	
ひきこもり相談会 予約制	日時 7月3日(月)・8月7日(月)・21日(月)13:30～16:00 場所 区役所5階	申込 前日までに問へ 問 神戸ひきこもり支援室 ☎ 361-3521 ✉ hikikomori_shien@office.city.kobe.lg.jp
子育て相談 申不	日時 月～金曜(祝休日除く)8:45～17:30 場所 区役所5階	問 区保健福祉課 ☎ 394・392 F 335-6644
健康・栄養相談 予約制	日時 7月5日(水)・8月2日(水)9:00～11:00 場所 区役所3階	問 区保健福祉課 ☎ 391・394 F 335-6644
精神保健福祉相談(医師) 予約制	日時 7月5日(水)・12日(水)・8月2日(水)・30日(水)の15:30～17:00 7月28日(金)の13:00～14:00 場所 区役所5階	問 区保健福祉課 ☎ 369 F 335-6644

保健だより

7月1日～8月31日

●乳幼児健診 無

対象者には個別でご案内を送付します。
問 区保健福祉課 ☎ 482・391・372 F 335-6644

●すくすく赤ちゃんセミナー(育児・栄養・歯科) 予約制 無

対象 おおむね6か月児(4か月健診時に案内)
日時 7月11日(火)13:15～
問 区保健福祉課 ☎ 394・392 F 335-6644

●後期高齢者健康診査・神戸市国民健康保険加入者の健康診査 予約制 無

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者
②30・40歳以上の神戸市国民健康保険加入者(受診券は4月～5月に郵送しています)
※神戸市国民健康保険加入者以外の人は、各医療保険者にお問い合わせください。

診査内容	日程	会場
問診、身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査(必要に応じて追加検査あり)	①7月1日(土)	コムスタこうべ
	②7月3日(月)	港島ふれあいセンター
	③7月13日(木)	中央区文化センター11階
	④8月9日(水)	センタープラザ西館6階
	⑤8月28日(月)	中央区文化センター11階

※受付時間はいずれも③⑤9:30～11:15 ①②④9:15～11:00
※39歳以下の人については、市ホームページをご確認ください。

※生活保護受給者、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。

予約先 兵庫県予防医学協会 ☎ 871-7758 F 871-8048

申込はこちら▶

健診会場であわせて実施 ※単独受診は予約不要、当日申込可。

健診・検査名	対象	自己負担金
胸部X線健診(結核健診)	満15歳以上で受診機会のない人 ※1年1回	無
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のない人	
風しん抗体検査	風しんクーポンをお持ちの人	
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

※上半身はボタン・金具のついた服を脱ぎ、薄手の無地シャツ一枚で撮影します。
※石綿(アスベスト)による健康不安のある人は、ぜひご利用ください。

問 神戸市けんしん案内センター ☎ 262-1163 F 262-1165