







·・・・・ 「つながり」で支える

# 認知症になっても 暮らせる街づくり

中央区は、市内で高齢化率は最も低い一方、高齢者の独居率(ひとり暮らし) はトップです。そのため区では、「認知症」に関する取り組みに力を入れ、高齢 者ご本人や地域の方が安心して暮らせるまちづくりを進めています。

説知派ケアバス



どんな冊子もめ?

認知症について、どこに相談すればよいか、 どのような制度が使えるかなどの情報をま とめた冊子です。「神戸市版」と、情報を集約 し地域に特化した「中央区版」があります。

### とこで もらえる もめ?

区役所窓口(5F保健福祉課)や、お近くの「あん

<u>しんすこやかセンター」</u>で配 **■⊮&&**/■ 布しています。二次元コード からダウンロードもできます。



安心して暮らせる まち、ってどんな

まちもめ?



必要な『医療』や 『介護サービス』を受けることができる

- ✓お住まいの地域で認知症についての 『理解者』が増える
- ☑ 認知症になっても、活躍したり、参加 できる場所がある



☑ 普段の様子を地域 の人や身近なお店 などがあたたかく 見守っている

## 中央E あんじん You 2 かまもろう

▶ みまもろうが、大きな目で「そっ」と見守っているもめ



ご近所で、こんな「ふくろう」のステッカーを見かけ たことはありますか?中央区では、高齢者の見守り 活動に協力いただけるお店や事業所に、「みまもろ う」のステッカーを配布しています。<a>つかず離れず、の</a> <u>距離感で、「そっ」と</u>見守ってくれています。

▶ 見守り活動って、どんなことをするもめ?

何か困った様子があれば「声かけ」をしたり、 支援が必要な場合は<u>「あんしんすこやかセン</u> ター」にお店・事業所側から、連絡・相談をして もらうことにしています。



ご協力いただけるお店・事業所の方へ

お近くのあんしんすこやかセンターまたは区保健福祉課々 ご連絡ください。



落語で笑って 認知症 予防!

## 市民講座の ご案内

無先

桂 福丸さん

©Tomoko Hidaki

日時 10月12日(木)14:00~15:30(予定) 場所 文化センター1F 多目的ルーム

申込 9月11日(月)から 二次元コード

または問へ



定員 140名(先着順)

申込みはこちら▲

**岡市総合コールセンター** ナビダイヤル @ 0570-083-330 または @ 333-3330 F 333-3314

中央区役所 〒651-8570(住所不要) 神戸市中央区東町115 受付時間/8:45~17:15 毎週木曜は19:45まで(一部窓口) 335-7511(代) 1335-7469(代)

中央区の姿 2023年8月1日現在

人口/148,978人 世帯数/93,875世帯 面積/28.99㎞

ナビダイヤル (0570) 083-330 電話番号 333-3330 F A X 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

#### 10/9スポーツの日イベント

バレーボール大会やスポーツ体験イベ ント等、幅広い世代の方が楽しめるス ポーツイベントです。申込方法は施設 ホームページをご確認ください。 

日時 10月9日(月·祝)

場所 磯上体育館

問 磯上体育館

**1** 251-6622 F 251-6623

#### ランニングセミナー

走り方のポイント、効果的なウォーミング アップやトレーニングのコツを伝えます。

日時 10月8日(日)9:30~10:30 場所 磯上体育館 多目的室

対象 16歳以上

定員 20名

参加費 500円

申込 9/8(金)より電話または直接問へ

間 磯上体育館

**3** 251-6622 **F** 251-6623

#### ボランティア入門講座 無抽

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 9月15日(金)14:00~15:30

場所 区役所5階ボランティアルーム

申込 9月14日(木)までに 問へ

**間** 区社会福祉協議会 ボランティアセンター

**333-4422** 内 333 F 333-4421

## お知らせ

#### サポート詐欺に注意!

「ウイルスに感染しました」などのサポ ート詐欺に注意しましょう。

画面に表示された連絡先には、電話し ないで!

~慌てず・落ち着いて・対処しよう~ <対処方法>

1. パソコンの電源を切る

2. ブラウザを閉じる

※ブラウザの閉じ方(例)

①「Ctrl」「Alt」「Delete」を同時に押す

②「タスクマネージャー」をクリック

③対象のブラウザを選択して「タス クの終了」をクリック



ニセ警告画面のイメージ動画は こちらから▶ ■ 第二章

問生田警察署

333-0110 F 322-0110 葺合警察署

**1** 231-0110 F 252-0227 神戸水上警察署

306-0110 F 302-0110

#### 暴力団追放区民大会 甲不無

日時 9月4日(月)13:00~15:30 場所 兵庫県民会館9階ホール

内容 第1部 大会宣言·講演 躰道(神戸学院大学) 第2部

主催中央区役所、神戸水上·葺合·生 田警察署、同防犯協会

県警音楽隊コンサート

問 神戸水上警察署

306-0110 F 302-0110

## 子育て

#### はじめのいっぽツアー

初めて地域デビューする保護者を、身 近な親子の集いの場へ案内するツア ーを実施します。 申込下記問または

二次元コードから

僴 区社会福祉協議会 **雷** 335-7511 内 428 F 333-4421

無先

#### 親子の学び教室

①こども救命救急

②親子でボディトーク

日時 ①9/14(木)②10/12(木) いずれも10:30~12:00

場所 中央区文化センター9階和室

対象 概ね1歳から3歳の子どもと保護者

申込 ①9/7(木)②9/21(木)の それぞれ9:00から間へ

問 中央区あじさい講座事務室 3 945-7925 F 945-7854

#### 中央図書館からの無申不先 お知らせ

対象 ①④⑤3歳~小学生

②③0歳~3歳の子どもと保護者

場所 中央図書館

①たんぽぽおはなし会

日時 9月9日(土)15:00~15:30 ②おひざのうえのおはなし会

日時 9月16日(土)15:00~15:30 ③絵本おたのしみ会

日時 9月22日(金)11:00~11:30

④おはなし会 日時 9月23日(土)15:00~15:30

⑤かみしばいの会 日時 10月7日(土)15:00~15:30

#### 三宮図書館からの 無申不是先

#### おはなし会

お知らせ

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

場所 三宮図書館

☐ 321-5015 F 326-5614

## 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 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 <sup>申不</sup>	日時 9月26日(火)14:00~16:00 場所 区役所6階	<ul><li>□ 兵庫県行政評価事務所</li><li>□ 331-9096 F 333-7919</li></ul>			
心配ごと相談中不	日時 9月12日(火)13:30~15:30 場所 区役所5階	問 区社会福祉協議会			
成年後見制度相談 <sub>申不</sub>	日時 9月28日(木)13:30~15:30 場所 区役所5階	中内 428 F 333-4421			
ひきこもり相談会 予約制	日時 9月4日(月)·10月2日(月)·16日(月) 13:30~16:00 場所 区役所5階	申込 前日までに個へ 個 神戸ひきこもり支援室 個 361-3521 図 hikikomori_shien@office.city.kobe.lg.jp			
子育て相談 <sup>申不</sup>	日時 月~金曜(祝休日除く)8:45~17:30 場所 区役所5階	<ul><li>■ 区保健福祉課</li><li>中内 394・392 F 335-6644</li></ul>			
健康·栄養相談 予約制	日時 9月6日(水)·10月4日(水) 9:00~11:00 場所 区役所3階	固 区保健福祉課 中内 391⋅394 F 335-6644			
精神保健福祉相談 (医師)	日時 9月6日(水)・13日(水)・10月4日(水)・ 11日(水)の15:30~17:00 9月29日(金)・10月27日(金)の 13:00~14:00 場所 区役所5階	<ul><li></li></ul>			
スマホ相談窓口 <mark>先</mark> 予約制 ・各10名	日時 水曜日(祝日除く)9:00、9:30、 10:00、10:45、11:15(1人30分) 場所 区役所6階地域活動支援コーナー				

#### 保健だより

9月1日~10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。転入者や案内が届いていない方は問へ。 固区保健福祉課中内 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 9月12日(火)13:15~

□ 区保健福祉課 中内 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 (9月1日~10月31日) 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(受診に必要な受診券は、郵送しています) ※神戸市国民健康保険加入者以外の方は、各医療保険者にお問い合わせください。

週 神戸市けんしん案内センター @ 262-1163 € 262-1165

電話受付時間8:40~17:00(土・日・祝日を除く)

予約先 兵庫県予防医学協会 @ 871-7758 F 871-8048 検査内容 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)

方法 事前に予約し、健康保険証と受診券などを持参

※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の方は、 区生活支援課が受診券を交付します。



日 程	受付時間	会 場
9月9日(土)		中央区文化センター11階
9月28日(木)	9:30~11:15	
10月12日(木)	9.30~11.13	中央区文化センターII階
10月27日(金)		

#### 健診会場であわせて実施 ※単独受診は予約不要 当日申し込み可

ためとなったとして、一番では、一番では、一番では、10				
健診·検査名	対 象 者	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			
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 *本人確認書類必要			
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		

・金具のついた服は脱いでいただき、薄手の無地シャツ ※上半身はボタン ※石綿(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。

#### **Public Relations** Magazine "CHUO"





## 9月9日は「救急の日」

街中でみかける救急 車、神戸市には何台あ るのか知っています か?神戸市全体で34 台、このうち中央区で は中央消防署・水上消 防署を含めて計5台の 救急車が配備され、ケ ガ人・急病人のもとに 駆けつけています。



また、神戸市では約6分に1件のペースで救急車が出動していて、近くの救急車が 出動中の場合は、別の消防署から出動する場合もあります。

救急車が来るまでに、あなたの勇気で救える命があります。

小冊子「救急車が来るまでに」を市ホームページで 公開していますので、ぜひご覧ください。

※色々な場面ごとの応急手当について、

シンプルに分かり易く説明しています。 救急車が来るまでに▶



#### 救急車を呼ぶか迷ったときは #7119

急な病気やケガで病院へ行った方がいいのか、救急車を呼ん だ方がいいのか迷ったときの相談ダイヤルです。看護師による 緊急性・受診の必要性の判断や、受診ができる医療機関を案 内していますので、判断に迷った時は活用してください。

## 地域の力で安全な クリーンステーションが誕生します!

この度、婦人会・青少年育成協議会・学校・地域の皆様の主体的な取 組みにより、課題となっていた規模の大きなクリーンステーションを 廃止し、2か所に分割して新設していただくことになりました。

この事例は、多くの方々が利用されている規模の大きなクリーンステー ションが、通学路となっている狭い歩道上にあるため、ごみが多く出され た日には、通学する子どもたちをはじめ歩行者がごみを避けて車道を歩 かざるをえず、危険な状態となっていました。

クリーンステーションは、利用されている皆様が話し合いで場所を決めて いただくことになっており、クリーンステーション新設の合意に至るまで には様々な困難がありましたが、地域の方々が力を合わせ、子どもたちの

安全を第一に一致団結 され、実現されました。 また、クリーンステーショ

ンの分散により、まちの美化にもつながります。

神戸市ではこれからも美しいまちづくりを推進していきますので、引き続 きご理解・ご協力をよろしくお願いします。



## 今年はパレードを再開します -パレードの参加者を募集中!-

今年も、秋の祭典「秋華 祭」を開催します!当日の パレードに参加できる団 体・個人を募集します。人 が集い、街や商店街・市場 の賑わい作りに役立つ演 出で、お祭りに参加してみ ませんか。



日時 11月4日(土)10:00~15:00(予定)※順延なし 場所 パレード:コミスタこうべおよびその周辺

申込 団体名・代表者名・連絡先・企画内容を記載し、9月15日(金)必着で問へ

問 秋華祭実行委員会事務局 **②** 090-3924-3259 **F** 221-8549

#### かもめんビュー

#### 「シン・ナガタ写真展」

いつも「中央区」の素敵なスポットやワクワク することを紹介しているんだけど、今回は ちょっぴり足を延ばして「長田区」のことをお 伝えするもめ。長田区って、みんなは、どんなイ メージを持っているもめ?粉もん?鉄人28号? もちろん、そばめしも美味しいし鉄人28号は カッコいいんだけど、また違った魅力を紹介



する「シン・ナガタ写真展」が、さんちか花時計ギャラリーで開催されるもめ。 開催期間は8/31(木)~9/6(水)と短いんだけど、近くを通った時はぜひ 足を止めて眺めてみてもめ。

■ 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)

■地域の子育てイベントを好評配信中! ためまっぷ中央



