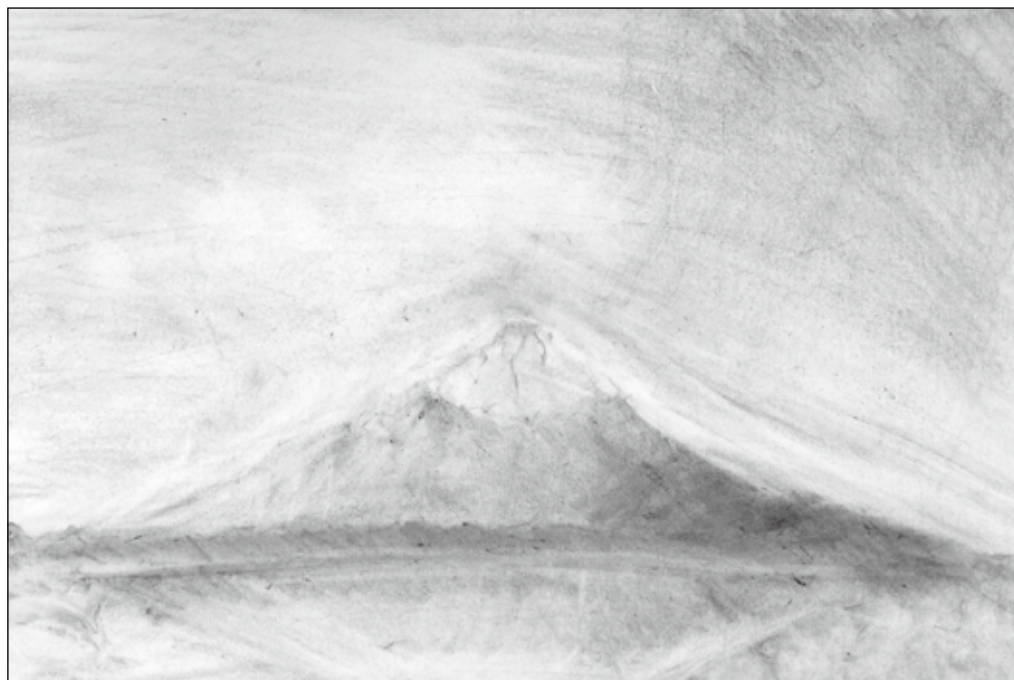


ふ る さ と 甲 東

発行人
甲東コミュニティ
委員会
51-8843
編集
集
「ふるさと甲東」
編集委員会

街かどのスケッチ



富士山を描いてみた！

樋ノ口小学校区 N.

エッセイ わたしの甲東

人生で一度は
富士山に登ってみたい！

そんな漠然とした思いが、この夏の富士山登頂へ挑戦するきっかけでした。

社会人になって仕事中心の生活になり、フットサルに熱中していた大学時代の頃のような、何か一つのこと全力で挑戦する機会が減りました。そんな日常に少し刺激が欲しかったこともあり、「どうせなら日本一高い山に挑戦してみよう」と思い立ち、親友に声をかけました。

今回の目的の一つは、ご来光を見ること。夜9時ごろに六合目の山小屋を出発。ヘッドライトの明かりを頼りに進む中、七合目付近で突然の激しい雷雨に見舞われました。初めての登山。しかも、標高の高い山での雷雨には少し焦りを覚えました。途中の山小屋で一時的に避難させてもらうことができ、改めて「山では何が起こるか分からない」と実感しました。

標高が高くなるにつれて空気が薄くなり、歩くペースも自然とゆっくりに。休憩をこ

まめに取りながら1歩ずつ頂上を目指しました。道中は親友と他愛もない話をしながら楽しく登ることができました。苦しいと思う瞬間も、誰と登るかで感じ方が変わるのかもしれない。

そして明朝3時過ぎ、ついに山頂へ到着。暗闇だった空が徐々に明るくなり、目の前の景色が刻一刻と変わっていく。ご来光の光景は、自分の足で登ってきたからこそ、より特別なものに感じられました。山頂で食べたカップラーメンも忘れられない味です。冷えた体に温かいスープが染み渡り、普段食べるものとは比べものにならないほどおいしかったです。

富士山登頂は決して楽ではありませんでしたが、親友と共に日本一高い場所へたどり着けた経験は、かけがえのない思い出になりました。下山した頃には「次は、どの山に登ろうか」と考えている自分がいきました。富士山登頂は、一つの目標達成であると同時に、私にとって新しい趣味と挑戦の始まりになりました。

樋ノ口小学校区 Y.

ともに生きるまちづくり

『認知症無償診断制度』が始まりました

西宮市では、今年7月から

「認知症無償診断制度」が始まりました。対象は、市に住民登録があり、現に居住する65歳以上の人です。受診には受診券とマイナンバーカードなどの本人確認書類が必要です。75歳以上の人には今年度分の受診券を発送済み。65～74歳の人や、75歳以上で受診券が手元にない人は、市・福祉のまちづくり課への申請が必要です(スマートフォン申請可)。

検診は、第1段階と第2段階に分かれており、第1段階では、診察や問診などを行います。認知機能低下の疑いがある場合は、第2段階へ進み、MRIなど精密検査を実施します。

認知症は早期発見・早期対応が重要です。気になることがあれば、積極的に受診しましょう。

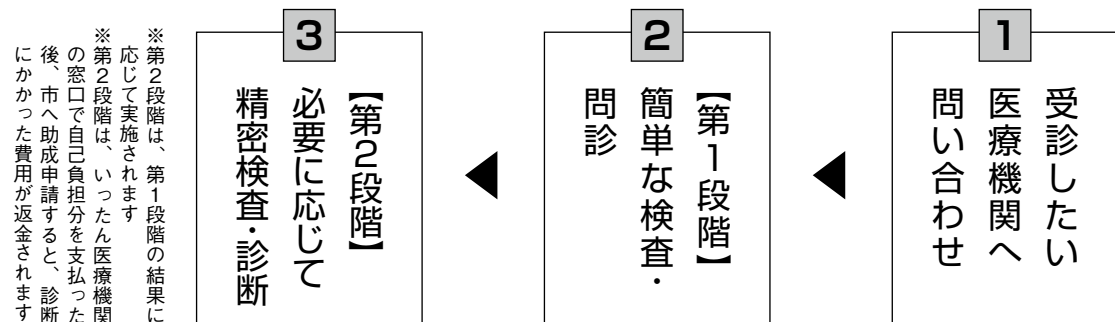
●問い合わせ

市・福祉のまちづくり課

☎35・3875

※資料…西宮市福祉のまちづくり課リーフレット

診断の流れ



認知症無償診断を実施している医療機関や、制度に関する詳しい説明は、下記の二次元コード、または市のホームページから確認してください。



75歳以上の人

受診券を一齐に送付

- ・市から受診券を一齐に送付しています

※令和9年度以降

- ・75歳を迎える人に受診券を送付予定
- ・76歳以上で検診を希望する人は、福祉のまちづくり課へ申請してください

65～74歳の人

市に受診券を申請

- ・受診券を申請して検診を受けることができます

※もの忘れなど気になる変化があるときはもちろん、今の状態を知る機会としても利用できます

自分と家族のため、65歳以上の人は年に1度の認知症検診の受診がおすすめです。

ボランティアセンターを もっと活用しよう！

毎日の暮らしの中で、ちょっと手伝ってほしいなと思うことはありませんか？ そんなときは、気軽にボランティアセンターを訪ねてみてください。役に立つ手伝いができるボランティアがいるかもしれませんよ。

甲東ボランティアセンターでは、このたび、新しいチラシを配布していますので、ぜひ活用してください。



☆樋ノ口地区の人

「樋ノ口ボランティアセンター」
毎週火曜日(北瓦木センター)
毎週金曜日
(樋ノ口町1丁目ふれあい会館)

TEL: FAX 52・5514

☆甲東・段上・段上西地区の人
「甲東ボランティアセンター」
毎週火・金曜日 10時～12時
TEL: FAX 52・5514

TEL 080・6132・3730

ピアノ教室(指導:新響楽器)

対象: 幼児～熟年まで
個人別にレッスン時間を決めます

【連絡先】ミュージックスタジオ武庫川
0798-39-7714 (平日14:00～20:00)



そろばん教室(指導:木谷総合学園)

対象: 小学1年生～4年生
火曜日と金曜日/15:45～
※その他の学年はお問い合わせください

【連絡先】兵庫支部:0798-46-7074



*** 近くて便利な教室ができました ***

リッツ学園のカルチャールーム

〒663-8012 西宮市堤町2-26・2階

《生徒募集!》

※二次元コードのリンク先は、各指導者などのHPです

習字教室(指導:日本習字)

対象: 小学1年生～4年生
木曜日/15:45～
※その他の学年はお問い合わせください

【連絡先】紅舟(こうしゅう)支部
<https://lin.ee/rB2mEto>



学研教室(指導:リッツ学園)

対象: 小学1年生～4年生
月・木・金曜日/15:45～16:45

【連絡先】ショートメール(SMS)で連絡をお願いします。090-3489-7029



英語教室

(指導:サクス教育企画/ステップワールド)

対象: 小学1年生～4年生
水曜日/15:45～

※その他の学年はお問い合わせください
【連絡先】ショートメール(SMS)で連絡をお願いします。090-9040-3110



今年5月29日
運用開始!!

新たな「防災気象情報」って何??

1. 警報・注意報の情報名に「レベル」が付記
2. 河川の氾濫危険度の伝え方が変更(特別警報の新設など)
3. 「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表

河川氾濫の
警報は、
西宮市では
武庫川のみ
該当



気象庁ホームページ

「新しい防災気象情報について」の防災講演会が、京都大学防災研究所教授の矢守克也さんを講師に迎えて6月14日にアクタ西宮東館6階の西宮市市民・大学共創プラザで行われました。

矢守さんは、①シンプルで分かりやすい情報であること
②行動に結びつく情報であること
③表を理解するだけでなく、自分だったらどうするかを考えて活用すること
④自分だったらどうするかのパージョンを増やしておいて活用すること
⑤他の情報を合わせて活用することの5つのポイントを示しました。

新たな「防災気象情報」について

「はんらん」「大雨」「土砂災害」「高潮」の情報は、色やレベルで危険度がわかるんだ。



しろ
白

レベル1早期注意情報

今後の情報に注意しよう。



き
黄

レベル2注意報

どんな危険があるか、どうやって逃げるか
おうちの人と相談しよう。



あか
赤

レベル3警報

お年寄りなどの逃げる時間がかかる人には
早めに逃げるよう呼びかけよう。



むらさき
紫

レベル4危険警報

災害が発生してもおかしくない。
危険なところからすぐ逃げよう。



ここまでにぜったい、逃げよう!!!

くろ
黒

レベル5特別警報

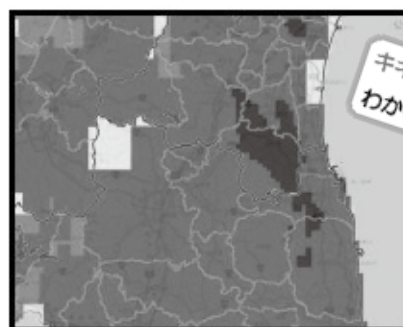
すでにはんらんや土砂崩れなどがおきているかも!
少しでも安全なところへ逃げよう。



がけなどから離れた部屋へ。建物のできるだけ高いところへ。

キキクルをみよう!

※キキクルは、大雨災害の危険度を色分けした地図で確認できるツールです



キキクルの画面

キキがクルのか
わかるよ



気象庁マスコット
キャラクター
はるるん

「いま」自分が危ないのか
を知ることができる。

5つの色で大雨の危険度を
地図に表示するもの



ここから見られるよ

LE MONDO

SENIOR HOME

まるでオーベルジュのような
介護付き有料老人ホーム

Phone 0798-64-3333

西宮市若山町8-17

ご見学随時承ります。
まずはお電話下さい。



ファイル」を ませんか？

西宮市立こども未来センターが配布している「みやっこファイル」をご存じですか？ 初めて知る人が多いのではないのでしょうか。

ここでは、昨年リニューアルされたみやっこファイルを紹介します。初めての人も、旧版を使っていた人も、新しくなったみやっこファイルを始めてみませんか。



ファイルはA4サイズです

みやっこファイルとは

「うちの子、こんなことができるんです。

すごいでしょ、かわいいでしょ」

という保護者の思いと、子どもが健やかに成長し、その人らしく暮らし続けることに役立てられることを目的に作られました。

活用の仕方

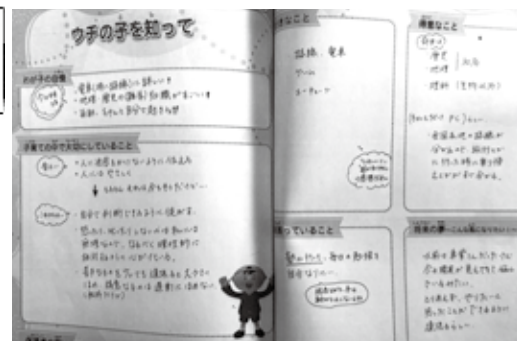
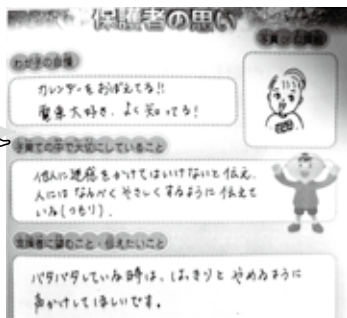
- 子どもを取り巻く人々とのコミュニケーションツールとして
- 学校園への引き継ぎ、充実した関わりのため
- 個別の支援計画や指導計画を作成する際の資料として
- おとな期の職場での関わりが充実するために、小さい時を知る資料として
- いつからでも使えますが、**就園、就学、進級、就職**などの節目に役立ちます

リニューアルされたファイルに記入

みやっこファイルを実際に使っている編集員Aさんに聞きました。



Aさんが記入した旧版のファイル



Q. いつから使っていますか？

A. 中学2年生の次男は年長さんの頃からです

Q. どんなことを書いていますか？

A. 古いファイルには、心配事などをよく書いていました。他に受診歴や母子手帳を書き写しています。今のみやっこファイルには、息子の良いところを書こうと思います

Q. みやっこファイルはどんな場面で活躍しますか？

A. 心配事よりも、ポジティブなことを書く欄が増えたのでうれしいです。以前より薄型になったので、受診関係書類や通知表などをファイリングして、学校や塾の懇談に持参しています

門戸厄神 東光寺

であい市 11月1日
七五三詣 11月中受付 (11月15日)
人形供養祭 11月19日 (3月より受付)

〒662-0828 西宮市門戸西町2-26 電話 0798-51-9090

●年中行事●

新年祈禱会 (初詣・阪急電車三福詣)	1月1日～7日
厄除大祭	1月18日・19日
夏季厄除大祭	8月19日(厄神夏祭り)
秋季厄除大祭	10月19日
納厄神	12月19日
星祭開白	冬至(星祭り)
厄除例祭	毎月19日



- みやっこファイルって、どうやって書けば良いかわからない
- みんなはどう使っているの？
- 子どものことをもっと理解したいな
- 他の保護者と交流してみたいけれど…



そんなときには「みやっこファイルのはじめかた」の講座に参加してみてください。

初めての人、すでに活用している人もぜひどうぞ♪

みやっこファイルのはじめかた

〔日 時〕 12月23日(水) 13時～14時

令和9年

2月25日(木) 10時～13時

〔場 所〕 こども未来センター3階 地域交流室
西宮市高畑町2-77

〔参加方法〕 当日までに電話で予約

〔予約、問い合わせ〕

西宮市立こども未来センター
相談支援チーム

0798-65-1881



※詳細は「こども未来センター みやっこファイル」で検索してください

※「みやっこファイル」のみを希望の人は問い合わせてください

「みやっこ はじめ



ファイルの内容（一部抜粋）

電車好きさんに
朗報！



この冬、阪急電鉄の車内にみやっこファイルの
広告などが登場します。みんなも見つけてみてね



お得なキャンペーン実施中!!

公的年金の受取りは、近くて便利なJAへ!!

年金受取り口座のご指定替の方もぜひ! 詳しくは下記までお気軽にご相談下さい!

お近くのJAへ
急げ!!



HYOGO ROKKO

JA兵庫六甲 甲東支店

西宮市神呪町3-41 電話0798-51-3131 <http://www.jarokko.or.jp/>

防ごう！乳幼児の

家庭内での事故

子育てサロン「ピーナッツ広場」は、事故防止の意識を高める啓発を目的に、6月30日に市・消防局甲東分署警防第一係救急救命士の皆月大輔さんを講師に招いて「乳幼児の家庭での事故を防ごう！」を行いました。

まず、21組の参加者に、家庭で「ヒヤリ」とした経験を発表してもらい、ホワイトボードに書き出しました。参加した子どもの年齢は4カ月～3歳と幅がありましたが、どの年齢の子どもにも、ヒヤリとしたことがあります。「プロックやシールを飲みこんだ」「お母さんの化粧クリームを食べた」「ドアに指を挟んだ」「湯船で滑ってうつ伏せになった」「ベビーチェアから落ちて頭を打った」などの話が出ました。これらの経験談をもとに、皆月さんに事故を起こさないために気をつけることや意識することを分かりやすく話してもらいました。特に多い誤飲については、赤ちゃん人形を使って対処法の実演も

ありました。参加者からは「多くの実例を聞き参考になった」「家の中で気をつける場所が分かった」「ボタン電池や湯沸かし器のコードは要注意ですね」などの声が聞かれました。



人形を使って対処法を覚えてもらいました

皆月さんからは、「事故が予想もしない時に起こるとパニックになりがちですが、救急車を呼ぶかどうか判断に迷う時は『#7119』で相談してください」と教わりました。

質疑応答もあり、予定時間を超える学びの講座になりました。乳幼児の家庭内での事故防止に役立ち、健やかな成長につながるしてほしいです。ピーナッツ広場代表 芝池 公子

スポーツ・・・

花いっぱい小学校を

守り続けて23年

定年後の社会貢献にと、23年前、段上小学校区に住む水田夫妻が小学校の草引きを始めたところから、園芸美化ボランティアはスタートしました。毎日学校に来て水やり、草引き、掃除、自家採種した種をまいて苗を育て、花壇に植えてきました。保護者や地域住民も加わり、現在は8人で活動しています。広大な小学校の敷地内を、少ない人数できれいに保ってきた日々の努力に頭が下がります。



中庭の円形花壇

「来られるときに参加する」という形で、植え替えなどをするときにはメンバーに連絡して、参加できる人が集まって作業するそうです。2年生



お母さんのお手伝い

の子どもがいる中野美子さんは、「仕事もあるのであまり活動できませんが、学校の雰囲気に分かるし、身近に感じるようになりました」と話しました。

長年、園芸美化ボランティアの中心だった水田夫妻。花が大好きで、妻の由紀子さんは自身のブログに毎日学校や自宅の花の写真を上げています。9年前に夫の昌幸さんが亡くなった後も、ずっとボランティアを続けてきましたが、83歳になり、この秋で引退するそうです。毎日水やりをし、自家採種していた水田さんが抜ける穴は大きく、今後は手のかからない花に順次、植え替えていく予定とのこと。代表の川原智子さんは、「大変な作業ですが、草だらけの中で子どもたちが過ごすのはかわいそうなので、何とかきれいに保てるようにしたいし、メンバーが増えて手伝ってもらえるとうれしいです」と話しました。

～ 地域密着型 自転車専門店 ～

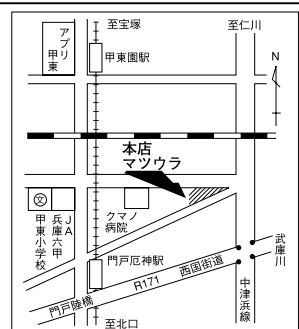
安心できる自転車をお届けできる安全整備士の店

サイクル ショップ



マツウラ

☎663-8003 本店 西宮市上田市2丁目2番17号 ☎52-2036 定休日：毎週 木曜日 第1・第3水曜日



ひと休みできる

クールスポット

段上西地区では令和5年から、西宮市社会福祉協議会と高齢者あんしん窓口甲武が協働し、「段上西地区」をテーマに据えた「わがまちミーティング」をコープのつどい場CO・KOで開催しています。地域で活動しているさまざまな事業所や団体が情報交換をしたり、一緒にできることを考え、新たな活動につながっています。

お気軽に立ち寄りください」と書かれたポスターが掲示されました。

今年は試験的な実施で、地域へのお知らせが不十分だったため利用はあまり多くなかったようですが、このポスターを見て、子どもたちや親子連れ、高齢者が、介護事業所や薬局などで水分補給をし、休んでいたという報告がありました。

地域の人がふらっと立ち寄って、涼しさと地域の温かさの両方を感じられる場所になればと思います。

甲東園 村井 安代



このポスターが目印です！

すぽと

「どすこいフェス」

みんなで、手形で応援！

樋ノ口地区社会福祉協議会は、8月21日に西宮市社会福祉協議会「青葉園」の夏の祭典「どすこいフェス2026」に応援参加しました。



「みんなで盛り上げる夏の祭典」
どすこいフェス2026
大紙相撲 青葉場
8月21日(土) 13:15~14:15
西宮市社会福祉協議会 体育室
みんなでどすこい！
みんなで盛り上げる夏の祭典



手形に参加した90歳代の4人は「良い記念になってうれしい」と、とても喜んでいました

今年は、地域の皆さんも手形で応援参加！ 笑顔あふれる会場は、本気の勝負に大いに盛り上がりました。



青葉園は、重い障がいのある人たちが地域で自分らしく暮らすための西宮市独自の地域活動拠点(通所施設)として、昭和56(1981)年に発足しました。

どすこいフェスは、各グループが手作りした大きな力士を使って、毎年夏に行われる紙相撲大会(大紙相撲 青葉場所)です。

土俵の上には立派なつり屋根が登場

地元で親しまれ
信頼されて62年

<http://www.koba-f.co.jp>

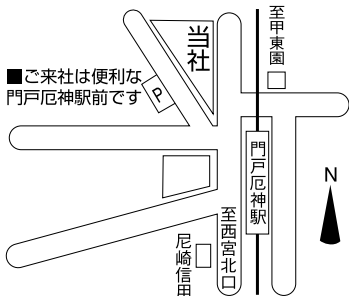
小林不動産(株)

兵免⑬第6655号

西宮市門戸東町4番55号(阪急門戸厄神駅前)

☎(0798)52-1025(代)

■ご来社は便利な
門戸厄神駅前です



不動産のことは当社へ
何なりとご相談下さい!!



告 知 板

甲東公民館

☎51・3748

☆近現代の日本における

地域社会の成り立ち

～歴史から考える～

人々の暮らしと地域

日時 11月26日(木) 13時30分～15時

出演 神戸女学院大学

文学部総合文化学科

定員 当日先着40人

河島 真氏

☆新年を祝う寄せ植え

日時 12月17日(木) 10時～12時

講師 たからづか花園

定員 当日先着30人

材料費 2500円(当日集金)

申込み 来館受け付け

11月26日(木) 12時30分～13時

☆我が家だけの

特別な新春しめ縄づくり

～無農薬の稲わらで～

しめ縄を作りませんか

日時 12月25日(金) 10時～11時30分

講師 Kuse○Farm

代表 久世 竜氏

定員 10人

材料費 1500円(当日集金)

おつりが発生しないように!

申込み 来館受け付け

11月16日(月)～25日(水)

平日9時～17時

備考 申し込み多数の場合は

抽選。結果ははがきで

郵送します

①「抽選結果送付用」に85円の

はがき(官製はがき、または、

85円切手を貼った私製はが

き)を各自用意する

②はがきに左記を記入する

(はがきの表面)

*申し込み人の住所と氏名

(はがきの裏面)

*申し込み人の日中連絡が

可能な電話番号

③必要事項を記入した抽選結

果送付用のはがきは、公民

館受け付けに設置してある

「専用受付箱」に投函

注意事項

●はがき1枚につき、申し込み

みは1人まで

●記載事項に漏れがある場合

や、切手の貼り付けがない

場合は、申し込みは無効と

なることがあります

段上公民館

☎53・0931

☆お正月を飾る寄せ植え

～作り方のコツや

アイデアなどをご紹介します

日時 12月10日(木) 13時30分～14時30分

講師 たからづか花園

定員 20人

材料費 2000円(当日集金)

申込み 来館受け付け

11月19日(木)～26日(木)

備考 申し込み多数の場合は

抽選。結果ははがきで

郵送します

高木公民館

☎65・1569

☆健康講座

日時 11月12日(木) 13時30分～15時

講師 山内内科クリニック

院長 山内 淳嗣氏

定員 先着40人

※詳細は公民館に問い合わせ

てください

☆オカリナコンサート

日時 11月28日(土) 13時30分～15時

講師 オカリナ夫婦デュオ

K. かぼす

原田 博司・妙子氏

定員 先着40人

申込み 電話受け付け

11月13日(金) 10時～

☆相続について

日時 12月10日(木) 13時30分～15時

講師 相続、承継の専門家

司法書士 菅原 香織氏

定員 先着30人

申込み 電話受け付け

11月26日(木) 10時～

備考 市すまいづくり推進課

との共催イベントです

☆しめ縄作り

日時 12月21日(月) 10時～11時30分

講師 Kuse○Farm

代表 久世 竜氏

定員 先着10人

材料費 1500円(当日集金)

申込み 電話受け付け

12月11日(金) 10時～

段上児童館

☎53・8303

☆保育施設長による

スマイル子育て相談

日時 11月30日(月) 11時～12時

講師 上之町保育所所長

申込み オンライン



☆環境学習講座

～稲作とSDGs

「マイしめ縄で

お正月を迎えよう」

日時 12月5日(土) 15時～

対象 小学生

講師 アースバルKOBÉ

申込み 要申し込み

☆保健師・栄養士がやってくる

日時 12月18日(金) 10時15分～11時15分

対象 0歳～

備考 相談時間は1人10分です

※全ての詳細は、児童館に

問い合わせください

Information

多世代交流事業 フラワーアレンジメント体験

= 主催/甲東コミュニティ委員会 =

- 日時: 令和9年2月中旬予定
- 場所: アプリ甲東
- 対象: 『宮っ子』ふるさと甲東」配布地域
- 参加費: 無料
- 備考: 開催日時や申し込み方法などの詳細は『宮っ子』ふるさと甲東」1・2月号で確認してください。お楽しみに♪

