

私たちは市民が助け合い安心して暮らせる共生社会をめざしています

たすけあい通信



令和3年・冬号
通算98号

認定NPO法人 東灘地域助け合いネットワーク ☎078-843-4029/843-4446 (FAX)842-2907



助け合いネットって、何をしているところ？

理事長 村山メイ子

「息子がそろばんに通ってたけど、助け合いネットが何しているところかわからなかった——」

これは地域の方との会話の一コマです。何をしているのか、何をめざしているかわからない。こんな風を感じる人が多いのではないのでしょうか。

助け合いネットは震災ボランティアから生まれた市民団体です。これまで住民の助け合いで自発的に地域の福祉課題に取り組んできました。初めは高齢者を対象としていましたが、次第に高齢者をはじめとする地域住民が子どもを支えるようになり、対象者の幅が広がっていきました。

活動場所は阪神御影の市場の中にあり、朝から高齢者や地域住民が出入りし、歌声や笑い声が市場の通路にも聞こえてきます。午後は小学生が学校からランドセルのまま帰ってきて、習い事をしています。店頭（市場の通路）では、市民から寄付されたりサイクル品の販売をしています。初めて訪れた人は、どこがレジなのかもわからないようです。それもそのはず、5店舗もあり、出入口もたくさんあるからです。

お困りごとにも気軽に相談できます。くらしの相談、住まいの相談などを受けて、住民互助で解決したり、専門職と連携して課題解決に取り組んでいます。

助け合いネットが目指しているのは、年齢や障害の有無に関係なく、みんながつながり、すみなれた地域で自分らしく安心して暮らせるという、誰もが当たり前に分らしい暮らしができる社会です。

しかし、地域の皆さんからみて、対象者を限定しないという多様性が活動をわかりにくくさせています。今後は地域の皆さんに活動や目的をわかりやすく伝えるための努力をしていきます。

どこがちがうの？ 学習支援と子どもカルチャー

■子どもの学習支援(無料)

共働き家庭・ひとり親家庭等の子どもの要望に応じた学習やふれあいの場です。※今後は教材費等をいただく場合があります。

■生徒募集(2022年3月末まで)

日時：毎週月・火4時～6時

対象：小学生・中学生

※「神戸市こどもの居場所づくり補助金」で実施しています

夏休み！自分で目標を決めてやろう



「夏休みだからできる目標を自分で考えて実行する」というテーマを設けました。子どもたちは初回にそれぞれの目標計画表を作り、毎回振り返りを行いました。学校の宿題や勉強だけでなく、さめの貯金箱・アイスクリームショップ・羊毛フェルトの手芸・ゴム鉄砲・迷路など、それぞれが材料も自分で準備して目標を達成させました。学習の後は、ボランティアの手づくり弁当を楽しみました。

■子どもカルチャー1回500円/月謝制

地域の先生が教えます。寄付金とリサイクルショップの売上金を使った低価格の教室。

教室の名前	曜日	時間
そろばん ※全国商工会 珠算検定	月・火	16時～18時
	木	16時～18時30分
しゅうじ ※名筆研究会検定	火・金	15時30分～18時
えいご ※ジュニア英検	火・木 金	15時30分～18時5分

子ども食堂 テイクアウト

◎寄せ書きで、手づくり弁当に「ありがとう」の気持ちを伝えました



字が書けない子はイラストで「ありがとう」を伝えました。

◎コロナ禍で一年越しこども料理教室



11月3日(祝)お好み焼きパーティ



11月23日(祝)ぎょうざパーティ



午後は3世代で工作を作って遊びました
11/3 「作ってあそぶ」 ストロー竹とんぼ
11/23 「回してあそぶ」 ぶんぶんゴマ

次回のこども料理教室

2022年1月22日(土) ちらし寿司パーティ
2022年2月19日(土) サンドイッチパーティ

さわやかサロン 介護予防の居場所

- 11月からお茶再開！（火曜サロン）
(NEW) 若返りいすヨガ体操 新年スタート
 フレイル予防・体操・手芸・折り紙・歌・など
 利用料：150円



- 11月から歌再開！（木曜サロン）
 うた・折り紙または
 脳トレ健康マージャン（選択）
 利用料：150円



- 体を動かし健康に！（土曜サロン）
 3B体操・輪投げまたは脳トレ健康マージャン・囲碁・将棋（選択）
 利用料：150円



以下は 火・木・土 共通です

- 対象：65歳以上の方
- おやつタイムでおしゃべり
- 月1回1時間介護予防講座があります
- 申込：お近くのあんしんすこやかセンターと
 助け合いネットの申込が必要です。
- 感染対策を徹底した上で参加ください。

年末年始のお知らせ

事務局の休み	12月29日（水）～1月5日（水）
子どもカルチャー・学習支援	12月27日（月）～1月10日（月）
ひまわり畑	12月31日（金）～1月3日（月）

おかげさまで創刊100号迎えました

東灘ぱらボラは、2021年10月号で100号を迎えました。ひとえに情報をお寄せいただきました団体と広告主様のおかげであり、心より御礼申し上げます。

助け合いネットは本紙を通じて、人と人をつなぐきっかけづくりに貢献してきました。一方で、印刷代・折り込み代等の費用が高んでいるため、これを区切り

に次号よりA4サイズ1枚に縮小します。今後は当法人の活動を中心に掲載いたします。引き続き助け合い活動を応援して下さいます企業・団体様には「東灘ぱらボラ」と法人のホームページに名前を掲載させていただきます。

<https://hnw.or.jp>（下記参照）



多くの企業や団体にご支援頂いています！

お年寄りに笑顔を届ける事業にも力を入れています。

お話し相手・付き添いサービス
 訪問、傾聴、遊覧・買物同行など
 (一社) 善き隣人バンク
 お気軽に相談ください
 TEL 078-262-1336
 向洋町中6-9 フラクションマート内

『子どもに生きるくらしをめざして』が私たちの活動の原点です。

30年の実績 神戸ライフ・ケア協会
 特定非営利活動法人
ホームヘルパー
ボランティア大募集!
 東灘区御影中町2-8-20 TEL 854-1346

二人一人の診察時間を十分にお取りしますので、短時間で終了します。

久野木歯科クリニック
 診療時間 月 火 水 木 金 土 日
 9:30~12:30 / / / / / /
 18:00~20:00 / / / / / /
 休診日 水曜 祝日 ▲土曜・日曜・午前診察のみ
 充分な説明! 痛くない治療!!
 御影本町6-12-13 TEL 854-8054

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

ありてケアサービス
 ●訪問介護 ●地域拠点型一般介護予防事業
 ●障害者支援 ●居宅介護支援 他
 神戸市東灘区御影中町2丁目6番7号
 TEL 858-6699 FAX 858-6698

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

ありてケアサービス
 ●訪問介護 ●地域拠点型一般介護予防事業
 ●障害者支援 ●居宅介護支援 他
 神戸市東灘区御影中町2丁目6番7号
 TEL 858-6699 FAX 858-6698

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

ありてケアサービス
 ●訪問介護 ●地域拠点型一般介護予防事業
 ●障害者支援 ●居宅介護支援 他
 神戸市東灘区御影中町2丁目6番7号
 TEL 858-6699 FAX 858-6698

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

ありてケアサービス
 ●訪問介護 ●地域拠点型一般介護予防事業
 ●障害者支援 ●居宅介護支援 他
 神戸市東灘区御影中町2丁目6番7号
 TEL 858-6699 FAX 858-6698

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

ありてケアサービス
 ●訪問介護 ●地域拠点型一般介護予防事業
 ●障害者支援 ●居宅介護支援 他
 神戸市東灘区御影中町2丁目6番7号
 TEL 858-6699 FAX 858-6698

当社は地域防災のネットワーク協力事業所です。

車のことならすべて解決!
 車検 点検 整備 保険
 取替 新車・中古車販売 塗装
 (有)エイワ自動車
 078(452)0031
 深江南町4-12-19 Fax 078(452)0132

緑豊かな公園や商業施設、銀行なども徒歩圏内にある暮らしやすい環境で、おひとりおひとりに寄り添いながら幅広くサポートします。

住友林業のシニアレジデンス
エレガノ甲南
 〒658-0015 東灘区本山町3丁目3番1号
 TEL 078(411)9600 FAX 078(411)9674

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

0120-65-8208
 (一社) 全国有料老人ホーム協会
 (一社) 全国介護付老人ホーム協会
スミリンケアライフ株式会社
<http://www.s-carelife.co.jp>

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

「こんな家にしたい」という想いを正確に形に反映させるのが私たち正建の仕事です

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

正建工業
 建築一級/リフォーム設計/施工
 株式会社 正建工業
 住まいるに際してはすべてをサポート
 本社：東灘区田中町3-13-5
 営業所：東灘区泉崎西町3-4-8
 TEL 0120-996-741

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

谷民院
 診療時間 月 火 水 木 金 土 日
 9:00~12:00 ●●●●●●
 18:30~19:30 ●●●●●●
 地域のかかりつけ医として在宅医療も推進しています
 阪神御影駅南 TEL 851-3439

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

おかげさまで創刊100周年、
 ちととあましん、ずつとあましん

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

豊かな地域づくりのお手伝い「あましん」
 地域の文化・教育・環境など、
 元氣な地域づくりに貢献します。
 地域の皆さまに寄り添い、あましんをよりよく活動し、上げます。
 神戸東支店 TEL (078) 811-8811
巨峰信用金庫
<http://www.amashin.co.jp>

地域ぐるみ・家族ぐるみで健康作りをすすめ、病気の予防と早期発見に取り組んでいます。

ろっこう医療生活協同組合
在宅療養支援診療所 にじろくクリニック
 地域に密着した医療を目指します
 ●内科・泌尿科・在宅医療・健康講座 他
 受付時間 月・火・木・金 水
 9時~12時 外来 休診
 13時~16時 日診 生後活動
 ※土・日・祝日 休診 駐車場有り(2台)
 東灘区田中町2-9-10
 「コープはーとらんどハイム本店」1階西端
 TEL 413-3333

3代にわたり、地域の皆様の「かかりつけ医」として診療を提供してまいりました。

内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科
谷民院
 診療時間 月 火 水 木 金 土 日
 9:00~12:00 ●●●●●●
 18:30~19:30 ●●●●●●
 地域のかかりつけ医として在宅医療も推進しています
 阪神御影駅南 TEL 851-3439

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

おかげさまで創刊100周年、
 ちととあましん、ずつとあましん

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

豊かな地域づくりのお手伝い「あましん」
 地域の文化・教育・環境など、
 元氣な地域づくりに貢献します。
 地域の皆さまに寄り添い、あましんをよりよく活動し、上げます。
 神戸東支店 TEL (078) 811-8811
巨峰信用金庫
<http://www.amashin.co.jp>

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

おかげさまで創刊100周年、
 ちととあましん、ずつとあましん

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

豊かな地域づくりのお手伝い「あましん」
 地域の文化・教育・環境など、
 元氣な地域づくりに貢献します。
 地域の皆さまに寄り添い、あましんをよりよく活動し、上げます。
 神戸東支店 TEL (078) 811-8811
巨峰信用金庫
<http://www.amashin.co.jp>

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

おかげさまで創刊100周年、
 ちととあましん、ずつとあましん

地域で自立し、困った時に互いに助け合い、地域社会を豊かに住み良くするための活動をしています。

豊かな地域づくりのお手伝い「あましん」
 地域の文化・教育・環境など、
 元氣な地域づくりに貢献します。
 地域の皆さまに寄り添い、あましんをよりよく活動し、上げます。
 神戸東支店 TEL (078) 811-8811
巨峰信用金庫
<http://www.amashin.co.jp>



リサイクルショップでのお買い物って「寄付」なんです！

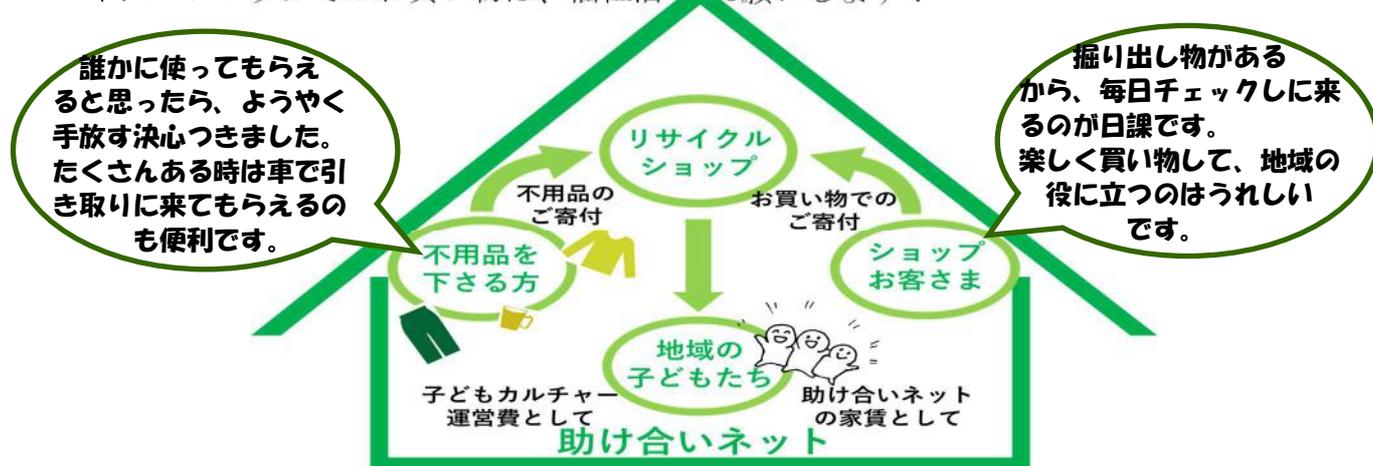
ご寄付いただいた品をリサイクルし、商品として販売する助け合いネットのリサイクルショップ。不用品を譲ってくださる方からは「思い入れのある品を使ってもらえてうれしい」、買ってくださる方からは「掘り出し物があって楽しい」など、ご好評をいただいています。

さらに、リサイクルショップの価値は、それだけではありません。実はリサイクルショップでのお買い物は、福祉活

動を支える大事な「寄付」になっています。助け合いネットではその寄付金を、

- ①助け合いネットの家賃や設備
 - ②子どもたちのカルチャー教室
- に活用しています。

誰もが助け合いながら安心して暮らせる東灘を作るため、これからも、ご不用品の寄付・お買い物での寄付をよろしく願います！



資金面で活動をお支え下さい

- ◆私たちへのご寄付は、寄付金控除などの税制上の優遇措置の対象になります。
- ◆事務局に直接お持ち下さい。又は郵便局から下記にお振込みをお願いします。

●正会員	個人	年間5,000円
●賛助会員	個人	年間3,000円
●賛助会員	団体	年間10,000円
●子ども未来寄付	ご寄付は1000円以上でお願いします	
●助け合い寄付		

◆振込先	郵便局
◆振替口座	01140-9-88648
◆名称	東灘地域助け合いネットワーク



【正会員】

組織の意思決定の権限(議決権)を持つ会員です

【賛助会員】

資金面で支援していただく会員です

【子ども未来寄付】

「わいわい広場」「子ども食堂」の一部に充当します

【助け合い寄付】

家賃の一部や環境整備等の一部に充当します

〒658-0046 神戸市東灘区御影本町6-15-17

TEL : 078-843-4029

FAX : 078-842-2907

午前10時～午後6時(日・水 休み)

(URL) <http://hnw.or.jp>

(Mail) info@hnw.or.jp

発行責任者：村山 メイ子

