

ぱらボラ

〒658-0046 東灘区御影本町6-15-17
☎ : 078-843-4029
✉ : info@hnw.or.jp
HP : https://hn-tasukeai.net/



春から始めませんか！

教室	曜日	時間	対象	月謝
そろばん ※商工会議所検定あり	月	16:00~18:00	小学生~大人	月4回 2,400円
	火	うち1時間程度		月8回 4,800円
習字 ※桂花会検定あり	火	16:00~18:00	小学生~大人	月4回 2,400円
		うち1時間程度		
	金	15:45~18:00		
中学生学習支援 少人数での個別指導 《月：数学・木：英語》	月	18:00~19:30	中学生	1教科月4回3,200円
	木			2教科月8回6,400円

教室	曜日	時間	対象
<div>こども英語</div> <div><p>聴く　話す　読む　書く</p><p>英検Jr.実施します</p></div>	月	15:50～16:35	新1・2年
		16:50～17:35	新5・6年
	木	16:50～17:35	新3・4・5年
		17:45～18:30	新5・6年
	金	16:00～16:45	新3・4年
		17:00～17:45	新5・6年
<div>おとな英語</div>	金	13:00～13:50	大人
		14:00～14:50	大人
こども英語 月4回 3200円 /おとな英語 月4回 3200円			

《お問合せ・講座申込》



体験学習・見学も
受け付けています！

教室	曜日	時間	対象	内容
しゅくだいプラス 参加費 無料	月	16:00～18:00	小学生	宿題＋自分の
			中学生	好きな学習をお手伝い
ふれあい食事会 (子ども食堂)	土	12:00～13:00	小学生	子ども無料
			大人	大人500円

※利用登録が必要です

※神戸市こどもの居場所づくり補助金事業の補助金を受けて実施します

教室	曜日	時間	内容
地域拠点型一般介護予防 さわやかサロン 1回 300円 お茶・お菓子付	火	13:00~16:00	【作るよ◆】折紙、ぬり絵、手芸、脳トレなど
	木	13:00~16:00	【歌うよ♪】ギター演奏による歌唱、脳トレなど
	土	13:00~16:00	【動くよ★】3B体操、輪投げ、脳トレなど
※ご利用には「あんしんすこやかセンター」での申請が必要です。まずは見学・体験お越しください。			

内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科

谷尻医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
在名診療(往診)	○	○	○	○	○	○
14:00~16:00	○	○	○	○	○	○
16:30~18:30	●	●	●	●	●	●

【休診日】木曜午後、土曜午後、日・祝日

神戸市東灘区御影本町4-10-6
TEL 078-851-3439

NPO 法人 神戸ライフ・ケア協会

ともに生きる暮らしをめざして

ヘルパー・ボランティア募集中

東灘区 御影中町2-8-20-101
☎ 078-854-1346

ろっこう医療生活協同組合
在宅療養支援診療所

にじいろ クリニック

内科・糖尿病・在宅医療・健康診断 他

※【往診が必要の方は】是非ご相談ください※

診療時間	月	火	水	木	金
9時~12時	外来	外来	休診	外来	外来
14時~17時	往診	往診	往診	往診	往診

休診日 水曜(午前)・土曜・日曜・祝日(駐車場2台あり)
電話受付(相談)は月~金曜日の9時~17時まで対応しております
東灘区田中町2丁目9-10 TEL:413-3333
「コープは~とらんどハイム本山」1階西端

土井皮膚科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	●	●	●	●	●	▲
16:30~20:00	●	●	●	●	●	●

▲土曜：14時まで 日・祝休診

皮膚のトラブル一度ご相談ください!!

TEL 811-5001 阪神御影駅徒歩1分

NPO法人

神戸 ロボットクラブ

年長さんから高齢者まで

楽しいプログラミング、電子工作

ボランティア活動中
灘区、東灘区を中心に活動中

詳細は
QRコード→

豊かな地域づくりのお手伝い。くあましん

地域の文化・教育・環境など、
元気な地域づくりに貢献します。

地域の皆さまと共に歩む「くあましん」をよろしく願い申し上げます。

神戸東支店 TEL (078) 811-8811

尼崎信用金庫
AMASHIN
http://www.amashin.co.jp

正しく建てる、正しく造る

建築一般・リフォーム設計・施工

株式会社 正建工業

住まいに関するすべてをサポート

本社：東灘区田中町 3-13-5
営業所：東灘区魚崎西町 3-4-8
0120-996-741

ありてケアサービス

東灘区御影中町2丁目6番7号
TEL 858-6699 FAX 858-6698

●訪問介護 ●居宅介護
●障がい福祉サービス 他

特定非営利
活動法人

てみずの会

★ Recycling Bazar ★

掘り出し物があるかも?!

◆たすけあいショップ 大バザール◆

売上金は子ども食堂・学習支援・子どもの居場所作り・家賃の一部補填などに使わせていただきます

開催日時 **2月20日(金)・21日(土)**
10:00~16:00

場所 助け合いネット 交流広場

販売品 衣類・日用品・食器・雑貨などを予定
お支払いは現金のみとさせていただきます。

◆3月食料支援◆

以前ご利用された方も必ず申込みが必要です。

御影か深江 どちらかでの支援になります!

下記の日時に来れない方もご相談ください!

**神戸市にお住まいで経済的事情で
生活にお困りの方**

対象：非課税世帯、区役所等に生活困窮で相談されている方など

★☆☆開催日時★☆☆

《御影》15:30~18:00

3月 9日(月)・10日(火)・13日(金)・14日(土)

《深江》10:00~13:00

3月 15日(日)

(緊急の方はご相談下さい)

完全予約制

お申込みは
こちらから→



この事業は神戸市福祉局くらし支援課の食料品・生活支援情報を提供する補助金を受けて実施します。

※原則として**お渡しは3回まで**です。

※食料お渡し時に**生活相談**と**情報提供**を行います。
(暮らし相談・住まい相談・発達相談・引きこもり等)

※当日はエコバッグをご持参下さい。

リサイクル品のご寄付で 助け合いネットを応援下さい

OK お引取りできる品

- ・衣類(新品or洗濯済) ・贈答品 ・置物
- ・肌着類(新品) ・文庫本 ・小型家具
- ・アクセサリー ・カバン ・食器 ・生活雑貨
- ・電化製品 (製造から5年以内)

NG お引取りできない品

- ・喪服 ・靴 ・照明器具 ・花器 ・灰皿
- ・紳士用スーツ ・和装一式 ・大皿 ・大型家具
- ・洗濯していない衣類 ・ガラス食器

Q&A お問合せください!

- ・お部屋を整理したい・お引越し予定の方
- ・整理のお手伝い(有料)
- ・大量の場合は車で引取り(無料)

◆事務局スタッフ募集◆

**あなたの経験で地域に社会貢献を!
これからの地域づくりと一緒に
考えていきませんか!**

対象：地域の福祉課題解決や居住支援等の相談業務
に関心のある方

ボランティア精神のある方

勤務日：週4~5回

勤務時間：10時~18時の間で実働5~7時間

※お子さんのお迎えや行事など、柔軟に対応します。

定休日：水・日・祝日

報酬：当法人の給与規程による

交通費：実費 (上限10,000円)

社会保険：労災・雇用保険

試用期間：6か月



まずはお気軽にお問合せください!

◆有償ボランティア募集◆

朝の掃除・台所の洗い物・整理・ちょこっとお仕事などあなたの得意を生かせる場所があります

対象：健康で、人との交流が好きな人

謝金：300円/時(交通費実費、上限500円)

保険：団体にボランティア保険に加入します

日時：火・木曜日 9:30~17:00(応相談)

内容：居場所のお茶出し

事務局作業

日替わりの雑務

朝の掃除など

募集中!



東灘地域助け合いネットワーク事務局まで

(阪神御影駅より西へ徒歩4分 御影市場旨水館内 弓場線西側)

078-843-4029 《10時~18時》《水・日・祝日 休み》

