



# ぱらボラ

子どもが  
つくる!

## 子ども食堂 × ライスパークプロジェクト

【料理家の先生のご指導のもと子どもたちがつくったお料理をみんなで食べます】

日時: 11月18日(土) 9時30分~13時00分

メニュー: 土鍋ご飯、出汁からつくるお味噌汁、蒸し鶏、サラダ  
つくって食べる子ども: 小学4年生~中学3年生



募集

定員: 5名(申込多数の場合は抽選)

食べる子ども&大人 定員: 19名 12時~13時

参加費: つくって食べる子ども無料、食べる子ども100円、大人300円

持ち物: 水筒・手ふきタオル・エプロン・三角巾・マスク

場所: 助け合いネット(御影市場旨水館西) 申し込み: ☎078-843-4029 またはHP↓

### ライスパークプロジェクトとは

「誰もが平等にお米を楽しめる公園  
のような場所=ライスパーク」の普及  
を通じて、子ども食堂とともに地域の  
人々の居場所づくりを目指す取り組み。



企画: 米とわたしと合同会社

<https://www.komewata.com/>

### 指導: 和食料理教室with 福田純子先生



エコール辻大阪日本料理マスター  
カレッジで和食を学び、現在は上  
級翹士として発酵を取り入れ、和  
食を日常の食卓にもっと気軽に  
もっと美味しくできるように、阪急  
六甲駅近くの自宅にて「和食料理  
教室with」を主宰。



わたしたちは 助け合いネットの活動に協賛し、広告で応援しています

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	●	●	●	●	●	●
在宅診療(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

善き隣人として寄り添います!

お話し相手・付き添いサービス  
訪問、傾聴、通院・買物同行 など  
(介護保険外サービス)

## 善き隣人バンク

お気軽にご相談ください

☎050-1753-5315

✉: info@rinjin.net url: rinjin.net

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・糖尿病内科・在宅医療・健康診断 他

受付時間	月・火・木・金	水
9時~12時	外来	休診
13時~16時	往診	

東灘区田中町2-9-10  
コープは~とらんどハイム本山1階西端

TEL.413-3333

## 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

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、  
元気な地域づくりに貢献します。

地域の皆さまと共に歩む「あましん」をよろしくお願ひ申し上げます。

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**

## ◆2種の食料支援をスタート◆

### ①ひとり親・多子家庭向け食料支援

ひとり親のご家庭、子ども4人以上の多子家庭  
(3人のご家庭も応相談)を対象としています

開催日時：10月20日(金)・21日(土)  
11月17日(金)・18日(土)  
午後3時～午後6時



完全予約制 お申込みはこちらから→

この事業はこども家庭庁ひとり親家庭等への支援事業として、  
認定NPO法人しんぐるまざーずふぉーらむを通して実施します。

### ②経済的に困りの方向け食料支援

神戸市にお住まいで所得税非課税の方、区役所な  
どに生活困窮でご相談されている方などを対象と  
しています

開催日時：10月26日(木)・27日(金)・28日(土)  
30日(月)・31日(火)  
11月24日(金)・25日(土)・27日(月)  
28日(火)・30日(木)  
午後3時～午後6時



完全予約制 お申込みはこちらから→

※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

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。

## ◆放課後等デイサービス

### ひまわり畑 利用者募集◆

お子さまの個性を大切にしたい細やかな指導  
プログラミング・オンライン英語教室もスタート

対象：小学1年生～高校3年生

(通所受給者証をお持ちのお子さま)

場所：東灘区御影中町3-1-6 サンリーブ御影402

電話：078-856-3170

開所時間：平日 13:30～17:30

学校休業日 10:00～16:30

送迎：東灘区・灘区内で可能な範囲(応相談)

定員：1日10名

☆プログラミング教室(月2回月曜日) NEW!  
神戸ロボットクラブの先生が指導。プログラミング  
アプリを使ってパソコン操作に慣れます。

☆オンライン英語教室(第1月曜) NEW!  
ネイティブの先生とオンラインで英語を楽しみます。

☆音楽療法、書道、手芸、楽しいお出かけ他



詳しくはお問合せ  
ください→



ひまわり畑  
Facebook→



## ◆リサイクル品ご寄付ください◆

ご寄付品の売上金は子ども食堂・学習支援・  
子どもの居場所などの福祉活動、居場所家賃  
の一部補填に使わせていただきます

### ○お引取りできる品

- ・衣類  
(新品or洗濯済)
- ・肌着類(新品)
- ・贈答品
- ・生活雑貨
- ・食器
- ・置物
- ・電化製品  
(製造から5年以内)
- ・小型家具
- ・引っ越しで不要になった  
まだ使える品
- ・その他(ご相談ください)

### ×お引取りできない品

- ・季節外れの衣類  
(保管場所不足のため)
- ・洗濯していない衣類
- ・紳士用スーツ
- ・和装一式
- ・喪服
- ・靴
- ・ガラス食器・大皿
- ・花器・灰皿など

### たすけあいショップ

御影本町6-15-17  
御影市場旨水館西側  
10:00～18:00  
(水・日曜休み)



## ◆有償ボランティア募集◆

朝の掃除・お食事作り・ちょこっとお仕事  
あなたの得意を生かせる場所があります

対象：健康で、人に喜ばれることが好きな方  
地域のために何かしたいけど、  
何から始めたらいいかわからない人  
人との交流が好きな方 性別年齢不問

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

### ☆食事作り

日時：火・金 9時30分～13時  
(週1回～)

内容：調理(10食前後)  
後片付け



### ☆ちょこっとお仕事

日時：応相談

内容：居場所の受け付け、お茶出し  
簡単な事務作業  
食品配布の袋詰め  
日替わりのちょっとした雑務  
子どもの居場所での対応など



問い合わせは 助け合いネット事務局まで

☎：078-843-4029

お問い合わせフォーム→

