



詳しくはこちら

自転車の交通ルール

ヘルメットの着用は 自転車に乗る すべての人が 対象です。

改 正道路交通法の施行により、2023年4月1日から年齢に関係なくすべての自転車利用者に乗車用ヘルメットの着用の努力義務が課されることになりました。



× イヤホンの使用

音楽を聴きながらの運転は、周囲の様子がわかりません。

× 携帯電話・スマートフォンの使用

よそ見運転は、自分も周りも危険!



× 傘さし運転

バランスを崩して転倒事故に。雨の日はカッパを着用しましょう。

× 飲酒運転

飲んだら乗るな! はクルマと同じ。



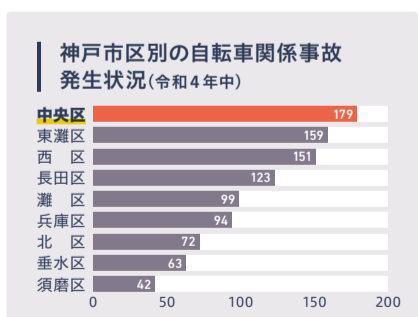
× 夜間の無灯火走行

夜は、ライトや反射器材で自分の存在を周りに知らせましょう。

○ 一時停止

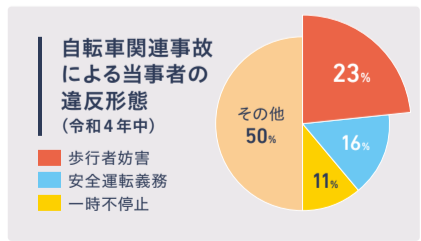
「一時停止」の標識のある交差点では、止まって左右と右後ろを確認しましょう。

中央区は、令和4年度中の神戸市区別の自転車関係事故発生数で一番事故の多い地域でした。



自転車に免許は要りませんが、道路交通法上は軽車両です。ルールを守って事故を未然に防止しましょう!

また、事故の違反形態は「歩行者妨害」が最多。中央区は駅前、繁華街、ショッピングモールなどがあり、人の密集が多い地域です。歩行者には特に気をつけて自転車を走行しましょう!



自転車は原則車道の左端走行!

例外として歩道を通行できる場合

- 「普通自転車歩道通行可」の標識があるとき
- 車道又は交通の状況に照らして、自転車の通行の安全を確保するため、一時的に歩道を通行することがやむを得ないと認められるとき
- 普通自転車の運転者が、13歳未満の児童・幼児又は70歳以上の高齢者のとき

※歩道通行が可能な場合でも、歩道は歩行者優先!
●普通自転車通行指定部分がある場合は、その部分を通行し、それ以外の場合は歩道の中央から車道寄りの部分を通行! ●いずれの場合も徐行して通行し、歩行者の通行の妨害となる場合は一時停止しなければなりません。

保育施設の入所申し込みは電子申請で!

令和6年4月入所の申し込みが、10月20日(金)から始まります。中央区の保育施設を第1希望とされる場合は、**電子申請(e-KOBE)**での受付を推奨しています。

令和6年4月からの保育施設の入所申し込み

- 1次申し込み** 受付期間: 令和5年10月20日(金)~11月30日(木)
結果発送: 令和6年1月31日(水)頃に発送します
- 2次申し込み** 受付期間: 令和5年12月1日(金)~令和6年2月14日(水)
結果発送: 令和6年2月29日(木)頃に発送します

中央区では、区民の方々の負担軽減と利便性向上のため、行政手続きのスマート化を推進しています。ご自宅のパソコンやスマートフォンから24時間いつでも申し込み可能です。便利な電子申請を、ぜひご利用ください。

申し込み方法

- 右の二次元コードにアクセス
- 利用者登録(登録済の方は③へ)
- トップページに戻り、手続き一覧(個人向け)から「教育・保育給付認定申請書(2号・3号認定用)兼保育利用申込」を選択
- 必要事項を入力・申請
- 申請受付メールが届けば完了



※電子申請が不安な方は窓口・郵送での申請も可能です。
※来庁の事前予約もできます。

事前予約方法

来庁日時を事前予約できます。前日までに事前予約専用WEBページ(下記二次元コード)から予約ください。

☎ 電子申請: 行政事務センター ☎ 291-5952(代)
☎ 保育利用申請: 保健福祉課 とも福祉担当 ☎ 335-7511(代)



兵庫県警からのお知らせ 特殊詐欺の被害に遭わないための固定電話対策 二刀流

一の太刀

神戸市特殊詐欺対策電話機等購入補助事業(65歳以上)
8,000円(電話機)、4,000円(外付け機器)を上限に補助金を交付

二の太刀

NTT西日本特殊詐欺対策サポート(70歳以上または同居の契約者)
● ナンバー・ディスプレイ、ナンバー・リクエスト
● 特殊詐欺対策サービス
● 電話番号変更
工事費、月額利用料を無償化等

各サービスの詳細については、最寄りの下記警察署生活安全課にお問い合わせください。

- ☎ 生田警察署 ☎ 333-0110 F 322-0110
- ☎ 葺合警察署 ☎ 231-0110 F 252-0227
- ☎ 神戸水上警察署 ☎ 306-0110 F 302-0110

令和5年秋の火災予防運動 ~11月9日から15日~



寒くなるにつれて暖房器具などの火気を取扱う機会が増え、火災が発生しやすい時期となります。昨年、住宅火災で亡くなられた方の多くは「逃げ遅れ」が原因です。火災が起きたら次の3つのポイントを最優先にして命を守る行動を取りましょう。

火災から避難するときの3つのポイント!

- 1とにかく逃げる~早期避難~**
炎が拡大しているときは、無理に消火せず、すぐに避難しましょう。
- 2煙をさける**
煙が広がってきたら、タオルやハンカチなどを口に当て、姿勢を低く避難することが大切です。
- 3引き返さない**
一度避難したら絶対に引き返さないようにしましょう。

そして避難できたら、周りの人に伝えましょう。

第1回中央区歴史まちあるき

先

中央区の歴史をテーマに、まち歩きを開催します。講師(道谷卓氏)の説明を聞きながら区内を散策して、中央区の歴史を学び、魅力を再発見しましょう!



内容 葺合浜手コース~西国街道周辺の歴史を訪ねて~
日時 12月2日(土)9:30~12:30
定員 25名 ※長距離を歩くコースのため、小学生以上の参加を推奨します。
対象 神戸市中央区に在住・在勤・在学の方
参加費 500円(小学生以下は無料)
申込期間 11月9日(木)10:00~11月22日(水)17:00



親子防災料理教室

無

神戸学院大学栄養博士監修のもと、ローリングストック食材を使って災害ごはんを考える料理教室を開催します。



日時 ①12月3日(日)10:00~12:30
②12月10日(日)10:00~12:30
場所 ①脇の浜地域福祉センター ②橘地域福祉センター
定員 各10組(最大30名)(申込多数の場合抽選)
対象 中央区在住・在学・在勤の小学生~高校生のお子様とその保護者
申込 11月17日(金)23時まで(右記二次元コードより)



かもめんビュー

「中央区文化センターPV出演!!」

ぼくのYouTube出演情報をお知らせするもめ。中央区文化センターの紹介PVに、今回僕が参加してきたもめ!!お兄さんと一緒に中央区文化センターの施設を色々めぐってきたもめ!YouTubeに公開されているから、下記リンクまたは「中央区文化センター」で検索して動画をみてもめ♪


https://youtu.be/O2EV_7CDD-Y

中央区公式SNSアカウント

■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)

■地域のイベント情報を好評配信中! ためまっぷ中央

アクセスはこちら



図の記載のない記事の問い合わせは **市総合コールセンター** (年中無休 8:00~21:00)

ナビダイヤル (0570)083-330 **電話番号** 333-3330 **F A X** 333-3314

イベント

イブニングコンサート 無

仕事帰りにちょっと一聴♪
フルートとピアノによるミニコンサート
日時 11月28日(火)17:30~18:00
場所 区文化センター1階 ホワイエ
問 区文化センター
☎ 381-7899 ☎ 381-7114

ボランティア入門講座 無 抽 受講生募集

中央区でボランティア活動を始めたい方を対象に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 11月17日(金)14:00~15:30
※毎月実施
場所 区役所5階ボランティアルーム
定員 5名(申込多数の場合は抽選)
申込 11月16日(木)までに下記問へ
問 中央区社会福祉協議会
中央区ボランティアセンター
☎ 333-4422 内 333 ☎ 333-4421

認知症サポーター養成講座 無 先

日時 12月19日(火)14:30~16:00
場所 区文化センター会議室1001・1002
募集人数 42名
申込 電話、FAX、Eメール
11月8日(水)~12月12日(火)
問 神戸市社会福祉協議会
☎ 200-4013 ☎ 271-5366
✉ kenshu-orange@with-kobe.or.jp

バルシューレ教室 先

日時 11月23日(木・祝)13:30~14:30
場所 神戸市立磯上体育館
対象 幼児・小学生
募集人数 20名
料金 500円
申込 11月8日(水)より、電話または直接来庁・来館
問 神戸市立磯上体育館
☎ 251-6622 ☎ 251-6623

パラスポーツデー 無

日時 11月23日(木・祝)9:30~12:00
場所 神戸市立磯上体育館
対象 小学生以上
募集人数 50名
申込 11月8日(水)より、電話または直接来庁・来館
問 神戸市立磯上体育館
☎ 251-6622 ☎ 251-6623

お知らせ

2023年度冬季スポーツ教室 参加者募集

冬から始まるスポーツ教室に参加してみませんか?
申込方法等、詳しくは施設ホームページをご覧ください。
受付期間 11月1日(水)~11月20日(月)
問 神戸市立磯上体育館
☎ 251-6622 ☎ 251-6623
https://isogami-gym.jp/

煉瓦倉庫ユニバーサルマルシェ

市内の障害福祉事業所の商品販売会
日時 11月11日(土)11:00~15:00
場所 ハーバーランド煉瓦倉庫東側広場
※小雨中止
問 たちばな障害者相談支援センター
☎ 367-6651

子育て

親子の学び教室(中央区) 無 先

親子でリズムをとって遊ぼう♪
日時 12月14日(木)10:30~12:00
場所 区文化センター9階・和室
対象 幼児(概ね1歳から3歳まで)とその保護者
申込 電話、FAXまたは直接来庁・来館
問 中央区あじさい講座事務局
☎ 945-7925 ☎ 945-7854

中央図書館からの お知らせ 無 申不 先

対象 ①④⑤3歳~小学生
②③0~3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 11月11日(土)15:00~15:30
②おひぎのうえのおはなし会
日時 11月18日(土)15:00~15:30
③絵本おたのしみ会
日時 11月24日(金)11:00~11:30
④おはなし会
日時 11月25日(土)15:00~15:30
⑤かみしばいの会
日時 12月2日(土)15:00~15:30

三宮図書館からの お知らせ 無 申不 先

●おはなし会
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
問 ☎ 321-5015 ☎ 326-5614

各種相談 無

種類	実施日・時間/場所	申込・問い合わせ
市民法律相談 先 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 申不	日時 11月28日(火)14:00~16:00 場所 区役所6階	問 兵庫県行政評価事務所 ☎ 331-9096 ☎ 333-7919
心配ごと相談 申不	日時 11月14日(火)13:30~15:30 場所 区役所5階	問 区社会福祉協議会 ☎ 428 ☎ 333-4421
成年後見制度相談 申不	今月23日(木)は祝日のため中止	
ひきこもり相談会 予約制	日時 11月6日(月)・20日(月)・12月4日(月)・18日(月) 13:30~16:00 場所 区役所5階	申込 前日までに問へ 問 神戸ひきこもり支援室 ☎ 361-3521 ✉ hikikomori_shien@office.city.kobe.lg.jp
子育て相談 申不	日時 月~金曜(祝休日除く)8:45~17:30 場所 区役所5階	問 区保健福祉課 ☎ 394・392 ☎ 335-6644
健康・栄養相談 予約制	日時 11月1日(水)・12月6日(水) 9:00~11:00 場所 区役所3階	問 区保健福祉課 ☎ 360 ☎ 335-6644
精神保健福祉相談(医師) 予約制	日時 11月1日(水)・8日(水)・12月13日(水)15:30~17:00 11月28日(火)12:30~13:30 場所 区役所5階	問 区保健福祉課 ☎ 369 ☎ 335-6644
スマホ相談窓口 先 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8階	申込 電話・FAX 問 株式会社ペイエリア ☎ 251-7307 ☎ 261-2361 9:00~17:00(平日)

保健だより

11月1日~12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。
問 区保健福祉課 ☎ 482・391・372 ☎ 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 11月14日(火)13:15~
問 区保健福祉課 ☎ 313・391 ☎ 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 (11月1日~12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。

問 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 ☎ 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。

申込はこちら▶



日程	受付時間	会場
11月10日(金)	9:30~11:15	中央区文化センター11階
11月11日(土)	9:15~11:00	コミスタこうべ
11月15日(水)	9:15~11:00	総合福祉センター4階
11月21日(火)	9:30~11:15	中央区文化センター11階
12月8日(金)	9:15~11:00	センタープラザ西館6階
12月22日(金)	9:15~11:00	港島ふれあいセンター
12月25日(月)	9:30~11:15	中央区文化センター11階

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。

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	無
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

※上半身はボタン・金具のついた服は脱いでいただき、薄手の無地シャツ一枚で撮影します。

※石棉(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。