

たちはな



編集及び発行人：
 社会福祉法人 神戸市母子福祉たちはな会
 会長：岡田 操
 〒650-0016 神戸市中央区橋通3丁目4-1
 神戸市ひとり親家庭支援センター内
 TEL:078-341-4532 FAX:078-371-6478
<https://kobe-hitorioyashien.com/>

新年に寄せて



神戸市長 久元 喜造

神戸市母子福祉たちはな会の皆様、新しい年を迎えるにあたり謹んでご挨拶を申し上げます。

昨年秋の市長選挙におきまして、市民のみなさまからご信任を賜り、3期目の市政を担わせていただくこととなりました。私に課せられた責任の重さを常に胸に抱きながら、市民のみなさまからの期待にお応えできるよう、全力を尽くしていく所存です。

新型コロナウイルス感染症については、医療従事者のみなさまをはじめ、多くの事業者や市民のみなさまのご協力をいただき、この未曾有の危機に対処してきました。今後の感染再拡大に備えるために、医療提供体制とPCR検査体制の確保に努め、3回目のワクチン接種を安全かつ迅速に進めるとともに、コロナ禍で大きな影響を受けた市民や事業者に対するきめ細かな支援を展開するなど、引き続き、市民の命と健康を守り、神戸経済を回復させることに全力で取り組めます。

超高齢社会、東京一極集中はもろろん、とりわけ人口減少への対応に、強い決意と覚悟をもって取り組めます。都心・ウォーターフロントの再整備を着実に進め、拠点駅のリノベーションを行うことにより、バランスのとれたまちづくりを進めていきます。同時に、神戸が持つ豊かな自然環境を活かし、六甲山上スマートシティ構想や里山の保全・活用を進め、若い世代が集い、住まい、働き、多様な活動が展開されるまちをめざします。また、子育てや教育、孤独・孤立など各種施策の充実を図るとともに、世代を超えて市民がお互いに助け合つ、人にやさしい地域社会の構築にも努めます。

神戸は、戦災や災害、阪神・淡路大震災など、幾多の困難を市民の力で乗り越えてきたまちです。これからも国内外に貢献し、市民が誇りをもつ神戸であり続けるために、『海と山が育むグローバル貢献都市』の実現に向けて取り組んでいきます。

本年も、ひとり親家庭の皆さまへの支援の更なる充実に向けて取り組んでまいりますので、みなさまには引き続き、神戸市政に対し、「理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

末筆ではありますが、本年がみなさまにとって、すばらしい一年となりますことをお祈りいたします。



神戸市母子福祉たちはな会 会長 岡田 操

明けましておめでとごいいます。皆さん揃って、楽しいお正月を迎えられたことと思います。

昨年はコロナ禍の中、行事が中止となったり、10月の大会は開催しようといういろいろな形式も試してみましたが、開催には至りませんでした。集まる場所もなく情報交換もできず、残念な事ばかり年頭から書きましたが、今年は寅年、しっかりと「コロナウイルス感染症予防対策をとりながら前進しましょう。」

ここ2年の間に生活様式がすっかり変わり、仕事や子供、お金の事等、悩んだり困ったりと問題が出てきたと思います。そんな時はたちはな会を頼ってください。1人で抱えこまないで、誰かに話す事で楽になったり、思わぬ道が開けるかもしれません。

今皆さんはネットやホームページ等で情報は簡単に手に入りますが、施策や補助等は行き届いていない部分もあります。会の方で応援できる事はお手伝いします。大いに会を利用して意見や疑問をぶつけてください。皆さんの意見に沿った講座や行事を用意できるよう頑張ります。母子部ふらっとカフェも再開しております。皆さん参加される時に近くのひとり親さんを誘って会員増に協力お願いします。

ひとり親同士、声を掛け合って毎日笑顔で過ごしましょう。コロナのないうちやかな日常生活が、早く戻りますようお願いいたします。

就業相談

キャリアカウンセラーが親身に寄り添う支援をしています！

センター相談日は、電話やオンライン相談も可能です。

面接対策や応募書類の書き方などもアドバイスします。



好評
マンツーマン
パソコン講座

ひとり親家庭のための 法律相談

女性弁護士による
無料法律相談



専門相談始めました！ 養育費・面会交流等

養育費・公正証書
などでお困りでは
ありませんか？



令和
3年度

神戸市母子寡婦福祉大会は緊急事態宣言の延長を受けて中止になりました。
当日予定していた体験発表を掲載します。



～夢に向かって～

私の夢は、人を笑顔にできるフードコーディネーターになることです。この夢は高校に入学した4月から私の中でふくらみ続けている希望でもあります。

私の両親は、私が小さいころから共働きで一日の中で顔を合わせる時間は、食事の時間と寝る時ぐらいでした。小学三年生の時に両親が離婚しました。シングルマザーとなった母は、家族を養うため朝は早く家を出て夜遅くに家に帰る日々が続きました。どんなに早く家を出ても、どんなに遅く家に帰ってきても母が料理の手を抜くことはありませんでした。小学六年生の時、反抗期であった私は朝食を摂らずに学校に行くことが度々ありました。だけど、いつもテーブルには私の分の朝食が几帳面に並んでいたのをよく憶えています。当時はそのありがたみに気づけなかったけど今は、帰れる家がある。そして、食べに帰れる食卓がある。それってとても幸せなことだよなとしみじみ感じます。

家族やこれから巡り合う様々な人に、母のように温かな食卓を。そして、パツと笑顔になれるような華やかな食卓を届け

たくて私は高等学校の家庭科に入学を決めました。

入学後、インターネットで「フードコーディネーター」という職業をした私はこれだ!と確信を持ちました。私は料理の隠し味を考えるのが好きだからです。料理の色合いを考えるのもフードコーディネーターの仕事ですが、味わい考えるのも役割の一つです。家にある薬味やソースを隠し味に考えた味わいは家族からも好評で、母から「何入れたん?美味しい!」と言ってもらえた時には、思わず心が躍ります。好きなことに、取り組んで周りから喜んでもらえるのは、とっても嬉しくて楽しいです。

私は今、人を笑顔にできる、そして誰かの力になれる、そんなフードコーディネーターを目指して、高校で調理について基礎から学んでいます。高校で基礎を身につけ卒業後は調理専門学校へ通い実践的な技術を学びたいと考えています。

私が調理するうえで、絶対に必要だと思う2箇条があります。それは食品の風味を考える「味わいのバランス」そして、

ビタミンやエネルギーに偏りのない献立を作る「成分のバランス」です。どんな献立を作る時も必要になるこの2つのバランスを大事にして、隠し味作りや調理に励みたいと思っています。直接、調理に生きる前者のような知識もあるけれど、間接的に実践の場(調理)を支える知識もあります。私はそれが検定や資格だと考えています。なので今は、直接的な知識も大事にしながら、間接的な知識習得に向けて(食物調理検定二級、準一級の)勉強を頑張りたいと思っています。将来は、好きなことを全力で楽しむことを心において、理想のフードコーディネーターになりたいです。



7月11日(日) 11月14日(日) **ふらっとカフェを開催!**
 令和4年1月9日(日) **今年も奇数月の第2日曜に開催**

おひとりでも、お子さん連れでも
 気軽にふらっと遊びに来てくださいね。
 ひとり親のお父さんも来られました!
 なかなか交流の場がない
 ひとり親のお父さん、大歓迎ですよ!

予約不要です♪





親子イベント

11月28日(日)
 秋の修学ヶ原ハイキング

子ども16名、大人11名、スタッフ6名
 合計33名が元気に参加!
 道中の紅葉がきれいでした!
 2時間がんばって歩いて、
 カレーライスを食べました!

12月12日(日)午前と午後の2回
 クリスマスお菓子の家づくりをしました🎄

子ども達、真剣に飾り付けをしましたよ!
 仕上がりに大満足!






東灘区

会長
澤田 淳子

- 1月 新年会
- 3月 1年生のお祝い会
- 4月 社会見学
- 5月 東灘区総会
- 7月 音楽おたのしみ会

長田区

会長
西村 初美

- 1月9日 新年の集い
- 2月11日 手作りの会 (絵手紙)
- 3月中旬 新入学卒業お祝い会
- 5月下旬 長田区総会
- 7月下旬 ふれあいレクリエーション

灘区

会長
西尾 瑞代

- 1月9日 もちつき大会
- 1月23日 母と子のボウリング大会
- 2月下旬 寡婦の勉強会・人権について
- 3月6日 新1年生お祝い会
- 5月中旬 総会バス旅行

8月8日

夏休み手作りの会! (24名)
9本立てふき戻し作りを行いました。



10月31日

日帰りバス旅行: トロッコ列車と
太秦映画村に行ってきました!

中央区

会長
戸江 美津子

- 1月14日 新年の集い
- 2月 食育勉強会
- 3月 皆で身体を動かしましょう
- 5月 中央区総会
- 7月 母子交流会

須磨区

会長
山形 久美子

- 1月23日 新年会・成人お祝
- 1～3月 ボウリング
- 5月 須磨区総会

10月31日

コスモスの丘中止のため
場所を変えて開催



10月31日

音楽療法士による
ミニコンサートを開催しました。

兵庫区

会長
岡田 操

- 3月 ハイキング
- 5月下旬 兵庫区総会
- 6月 料理教室

垂水区

会長
丸野 三紀子

- 3月～4月 いちご狩り
- 6月 バス旅行
- 7月～8月 手作り体験

- ◆パッチワーク、編物、民踊、書道の教室の開催
- ◆学習支援教室を開催 (17:00～20:30)

連絡先 むつみ会館 ☎078-511-7551

西区

会長
松尾 花子

- 1月 新年会
- 2月 健康体操
- 4月 花見 (グランドゴルフ)
- 5月 カラオケ
- 6月 認知の話
- 7月 三味悠遊

8月28日

スタンドグラスのフォトスタンド作り
部屋が明るくなり、元気が出ます。



※予定は変更される場合があります。

たちばな会は

各区で母子や寡婦 (子どもが成人) の
交流を図るために様々な活動をしています。
詳しくはセンターにお問合せ下さい。
各区へお繋ぎします。

たちばな会に
入りませんか?

お問合せ

ひとり親家庭支援センター内 たちばな会事務局
☎078-341-4532



令和3年後半

ひとり親家庭のみなさんの生活を応援するセミナーを開催しました!

※8月・9月のセミナーは緊急事態宣言で中止になりました。

緊急事態宣言が解除された時期には
コロナ対策をしながら
人数を減らすなどして開催しました。

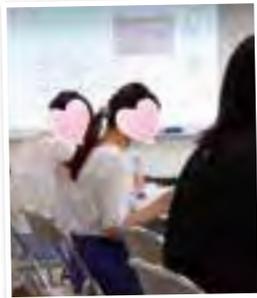
7/10
(土)

【アロマテラピーでリフレッシュ】 アロママスクスプレーづくり!

「好きな香りでスプレーが作れて大満足です!」「香りで癒されるだけでなく、心身への様々な作用を知れて深かった」「アロマの香りで良い気分になっただけでなく、無意識に作用するものって大切だなと思いました」



講師 相神 ゆり氏
arbre de l'edpoir主宰
AEAJ認定アロマテラピー
インストラクター



10/23
(土)

【リラックスヨガ】 ～ゆったり・のんびり・心地よく～



コロナ禍でカチカチになった身体。肩甲骨周りが緩み胸も広がり深い呼吸ができるようになりました。グラビティとは重力のことで、ボルスタークッションという専用のクッションを背中にあて、自分の重力で気持ち良く身体を広げていきます。心も体もスッキリしました!

講師 大久保 かれん氏
ヨガインストラクター

11/13
(日)

【断捨離で心の整理、 豊かなくらしへ】

「断捨離はモノを捨てるだけではない事が分かった。自分を軸に考えて断捨離したい」「家に帰ったら周りの物を見て、不要な物を捨てて気持ちをスッキリさせようと思います」と参加された方のやる気スイッチが入ったようです。

講師 丸山 ゆり氏
やましたひでこ公認断捨離®トレーナー



11/12
(金)

オンライン セミナー 「パパとママの離婚講座」

年齢別子どもへの影響とそのケアの方法や
離婚条件編(親権、養育費、面会交流、財産分与等)

オンライン(Zoom)&会場の同時開催をしました。離婚を考えた時、最低限知っておきたい法制度や手続きについて学びました。

講師 小泉 道子氏
家族のための
ADRセンター
離婚テラス代表



ひとり親家庭のための
資格取得WEB講座
後期PC講座を
開催しました。



LINE公式
アカウント おともだち登録

まもなく2,000名!!

ひとり親家庭の皆さまに
役立つ情報を配信しています



またの方は
登録してね!



4月以降の行事は



ホームページ、Facebookで
随時お知らせしていきます。

ホームページは
こちらから

Facebookで
情報配信中!

HP

f

