

# Hem21

## NEWS VOL.14

財団法人  
ひょうご震災記念21世紀研究機構  
ニュース

平成21年  
(2009) 3月

「Hem21」は、ひょうご震災記念21世紀研究機構の英語表記である  
Hyogo Earthquake Memorial 21st Century Research Institute の略称です。

## CONTENTS

- 1~2▶ 平成20年度研究テーマ、平成21年度予算  
HAT神戸掲示板
- 3▶ ひょうご講座・21世紀文化研究  
セミナー開催結果
- 4~7▶ 人と防災未来センターニュース  
MiRAi
- 8▶ 情報ひろば

管理部

研究調査本部

人と防災未来センター

こころのケアセンター

学術交流センター

## 平成21年度研究テーマ

# 震災を原点とした特色のある研究をめざして

ひょうご震災記念21世紀研究機構では、研究調査本部及び人と防災未来センター・こころのケアセンターの各研究部で研究調査活動を行っています。

平成21年度は次のような内容で、震災を原点とする特色ある研究に取り組みます。



### 1. 研究調査本部

#### (1) 安全安心なまちづくり政策研究群

- ひょうご安全安心白書の企画
- 自治体のオールハザード危機管理体制におけるバックアップのあり方
- 多自然居住と自治体の低炭素社会への取り組み
- オーラルヒストリーの体系化・共有化による震災教訓の発信
- 災害対策をめぐる国際協力の仕組みづくり
- 安心の経済循環と新しい賑わいの研究
- まちづくりの手法と住まい再建

#### 2) 共生社会づくり政策研究群

- 親学び応援施策のあり方
- 青少年の生き方を支える「家族の

絆」の構築戦略

- 「子どもの冒険ひろば」事業に関する研究—その利用状況及び効果と今後のあり方
- 被災地における高齢者活動(老人クラブなど)の復興経験と現状の検証
- 長寿国につぼん活性化戦略—高福祉社会の構築をめざして
- 共生社会実現のための地域力の指標化

### 2. 人と防災未来センター

(重点研究領域)

- 災害初動時における人的・社会的対応の最適化
- 広域災害に向けた組織間連携方策の高度化

○地域社会の復旧・復興戦略の構築

### 3. こころのケアセンター

- 災害、事故など、同時に一つの出来事に遭遇した集団を対象とするトラウマ・PTSDが与える影響およびその対応策の研究
- 災害、事故、犯罪被害など、単発的な出来事に遭遇した個人を対象とするトラウマ・PTSDの治療法や対処法の研究
- 児童虐待、DVなど、反復性のある出来事に遭遇した個人を対象とするトラウマ・PTSDの治療法や対処法の研究
- さまざまなストレスによって生ずる精神疾患の予防などの研究

## 1. 基本方針

外部評価や兵庫県の新行財政構造改革推進方策を踏まえ、当機構の中期計画を達成するため、「選択と集中」による事業の重点化を図るとともに、政策シンクタンクとして重点研究領域の明確化、研究交流などの充実強化を推進します。

## 2. 主な取り組み

### (1) 自主調査研究事業

「安全安心なまちづくり政策研究群」および「共生社会づくり政策研究群」の2つの研究群で重点研究領域の明確化により研究を進めます。さらに、人と防災未来センター及びこころのケアセンターとの連携強化のもと、一層の分野横断的・実践的な政策研究の推進、

社会動向に即応した研究への取り組み・緊急課題への迅速な対応を図り、政策立案につながる研究を行います。

### (2) 学術交流事業

従来の県内大学中心の講座に加えて、研究機関、名誉教授等兵庫にゆかりのある多彩な知的資源の蓄積を活用した講座を開催します。また、シンポジウムの実施、情報誌の発行など多様な媒体により、高度で専門的な知識を求める県民や国内外の研究者らへ、研究成果の発信・還元を行います。

### (3) 人と防災未来センターの運営

阪神・淡路大震災の経験を語り継ぎ、そこから学んだ教訓を未来に生かすことを通じて防災に関する知識および技術の普及、防災政策形成の支援を行い、地震などの被害の軽減を図るため、実践的な防災研究、研修の充実などに

取り組みます。

### (4) こころのケアセンターの運営

トラウマ・PTSDなど「こころのケア」に関する研究や研修、相談、診療などを実施するとともに、いのちの尊厳と生きる喜びを高める「ヒューマンケア」の理念に基づく人材育成を行います。

### (5) 事業・人員の見直し

阪神・淡路大震災の教訓として「いのち」「共に生きること」の大切さを伝えてきた「ひと未来館」の展示廃止にあわせ、地震や津波などの自然災害に対する防災展示を充実、「防災未来館」と一体的に運営を行うほか、人と防災未来センター、こころのケアセンターの管理運営事業について施設維持経費などを削減します。人員についても、県の新行財政構造改革推進方策に準拠し県派遣職員の削減を行います。

## HAT神戸 掲示板

### JICA兵庫

#### JICA海外ボランティアを募集します!

JICAは、技術や経験を活かし開発途上国の発展に貢献する海外ボランティアを派遣しています。春募集では、神戸と姫路で参加経験者(0B・0G)の話が聞ける「体験談&説明会」を開催します。興味のある方は、ぜひ参加してください。

●平成21年度春募集期間: 09年4月1日(水)~5月18日(月)

	青年海外協力隊	シニア海外ボランティア
年齢	満20歳~満39歳	満40歳~満69歳
応募資格	上記年齢であり、日本国籍を持つ心身ともに健康な人	
派遣期間	原則2年	1年または2年
体験談 & 説明会 <small>参加無料 申し込み不要</small>	4月11日(土)14:30~16:30 JICA兵庫	4月11日(土)10:30~12:30 JICA兵庫
	4月15日(水)18:30~20:30 神戸国際会館9階	4月18日(土)10:30~12:30 イーグレひめじ4階
	4月18日(土)14:30~16:30 イーグレひめじ4階	4月22日(水)17:30~19:30 神戸国際協力交流センター (神戸国際会館20階)
	4月25日(土)14:30~16:30 JICA兵庫	4月29日(水・祝)10:30~12:30 HDC神戸5階
	4月29日(水・祝)14:30~16:30 HDC神戸5階	

詳細は、下記までお問い合わせください。制度の内容などについても、お気軽にご相談を。個別相談も随時実施しています。

- 問い合わせ: JICA兵庫 ボランティア担当  
TEL:078-261-0341(代)  
(問い合わせ受付時間帯: 土・日・祝日を除く10:00~12:00、13:30~17:00)  
会場案内は、URL <http://www.jica.go.jp/hyogo/enterprise/volunteer/setsume.html>  
または「JICA兵庫 ボランティア」で検索ください。

### 兵庫県立美術館

#### 20世紀のはじまり 「ピカソとクレイの生きた時代」展

質の高いコレクションで知られる、ドイツ・デュッセルドルフのノルトライン＝ヴェストファーレン州立美術館の作品群を紹介する展覧会。〈鏡の前の女〉や〈二人の座る裸婦〉をはじめとする6点のピカソ、27点のクレイを中心に、マティス、シャガール、マグリット、ミロなどの人気作家、ドイツ近代美術を代表するエルンスト、ベックマンほか23作家64点の作品で、20世紀前半のモダン・アートの流れをたどります。

- 会期: 4月10日(金)~5月31日(日)
- 観覧料: 一般1,300(1,100)円  
高大生900(700)円  
小中生500(300)円( )は前売りおよび20名以上の団体割引料金

◎休館日/月曜(ただし5月4日[月・祝]開館、5月7日[木]休館)  
◎開館時間/10:00~18:00(特別展開催中の金・土曜は20:00まで)入場は閉館の30分前まで  
TEL:078-262-0901 URL <http://www.artm.pref.hyogo.jp/>

### 日本赤十字社兵庫県支部

#### あなたの思いを赤十字に

災害救護活動や国際活動などの日本赤十字社の活動は、皆さまからお寄せいただいた善意の拠出金(社費、寄付金)によって支えられています。災害等で苦しむ多くの人々が笑顔を取り戻せるよう、引き続き皆さまからのご支援をお願いしています。ご協力をよろしくお願いたします。

#### 活動資金のご協力は「郵便振替」で

口座番号 01110-0-1136  
口座名義 日本赤十字社兵庫県支部  
資料のご請求は、電話またはホームページで  
TEL:078-241-9889(代)  
URL <http://www.hyogo.jrc.or.jp/>

# 今年度のひょうご講座、 21世紀文明研究セミナーの開催結果について

兵庫県には大学や研究機関といった知の拠点が集積されています。学術交流センターでは、これら兵庫にゆかりのある知的資源を活用した高度な学習機会を提供することを目的に、「ひょうご講座」と「21世紀文明研究セミナー」を開催しました。

## ひょうご講座

ひょうご講座は一般県民を対象に大学教養レベルの講義を行うもので、これまで「ひょうご大学連携事業推進機構」が三宮の県立神戸学習プラザで春と秋に開講してきたものを、今年度からはHEM21の主催事業として、場所を兵庫県民会館に移して実施しました。分野は「国際」「経済」「環境」「医療」「自然科学」「芸術」「歴史・文学」など多岐に渡り、講義数は春に12科目、秋に12科目の計24科目。どの科目も週1回で8～12回の連続講義を行いました。

科目は、HEM21が決めたテーマをもとに複数の大学教員らが講義する「(HEM21による)独自科目」と、県内大学が自らテーマや講師陣を決め出前講座をする「(大学にとっての)学外科目」の2つ。特に独自科目では、その分野の第一人者が大学や研究機関の垣根を越えて時には実務者も加えた専門家を講師として送り込むユニークなもので多くの受講者が集まりました。

例えば、「中東問題とイスラームへの理解を深める」では、定員40名に対し90名近くが受講する盛況ぶり、神戸大学名誉教授の木村修三先生をコーディネーターに、京都大学や日本女子大学などの教授も加わり、イスラームの文化、社会、国際政策などさまざまな観点から、12回シリーズに渡る講義が行われました。また、「英語の多面性Ⅱ-異なる言語の境界を越える-」では、神戸女学院大学の同時通訳や法廷通訳の経歴等を有する教授陣に外国人講師も加わって、英語だけを使った講義などが行われました。

さらに、「ひょうご講座」には、大学キャンパスでの実習・演習型の講義も行う「オープンカレッジ」があり、9月に神戸松蔭女子大学で「食を科学する-栄養学と心理学のコラボレーション-」を、11月には甲南大学で「先進テクノロジーへのFIRSTコンタクト」を開講しました。いずれも毎週土曜日午前・午後を使った計5日間のコースで、前者では心理学とコラボレーションした調理実習が、後者ではナノバイオに関する実験実習が行われました。受講生は大学の図書館で本を借りたりできるので、ちょっとした学生気分を味わえます。



受講者は、県内の老人大学を卒業された高齢者など、ある程度の知識や経験を有した上でさらなる学力の向上を目指す人が多くいます。今年度の平均受講率は82%で昨年度よりも10%近く上がりました。生涯学習ニーズはますます高まっており、今後も時代の潮流や県民ニーズを踏まえた講座を展開していく予定です。

## 21世紀文明研究セミナー

HEM21の位置するHAT神戸には、防災や環境、保健・医療などの研究機関が集積しています。これらの知的資源を活用し、高度で専門的な知識を求める研究者、行政、県民などを対象にしたセミナーを10月から3月始めにかけて実施しました。

講座数は全30講座で、①安全安心・共生社会コース(5講座)②防災コース(7講座)③環境コース(5講座)④保健・医療コース(7講座)⑤芸術コース(6講座)からなります。受講者はこれらの中から関心のある講座だけを分野横断的にピックアップできます。例えば、地球温暖化に関心のある受講者は②の「地球環境変動と減災」と④の「気候変動と健康～施策と研究の優先順位」を取ったり、都市の抱える脆弱性に関心のある受講者は②の分野だけでなく、①の「共生社会における想像力～脆弱性への応答～」と③の「インド・中国・タイの企業活動が環境に及ぼす影響」を取ることが可能となります。

講義室は口の字型のラウンドテーブル方式にして、一方的に講義を聞くだけでなくディスカッションできるように配慮しました。今年度から新たに始めた方式ですが、これらを通して、研究者、行政研究者のネットワーク形成が進むことが期待されます。

## 人と防災未来センターの 取り組み

# 東南海・南海地震等に関する連携プロジェクト

関西・四国の自治体と人と防災未来センターは、今世紀中の発生が確実視されている東南海・南海地震という巨大災害に備え、「東南海・南海地震等に関する連携プロジェクト」を平成19年度より実施しています。今回はこのプロジェクトについてご紹介します。

### 官学協働で挑戦する 「実践的研究」

阪神・淡路大震災の発生以降、防災分野の研究は、得られた成果が社会の役に立つ、いわゆる「実践性」が強く求められるようになりました。人と防災未来センターでは、「実践的研究」の重要性を認識し、それに挑戦し続ける機関として、「実践的研究」とは何か、また、どのようにすれば実践的な研究ができるのか、既存の学問分野の枠組みを超えて考え続けています。

これまでに私たちが出した答えの1つが、「大都市大震災軽減化特別プロジェクト研究成果普及事業」です。これは、今世紀中の発生が確実視されている東南海・南海地震災害に備え、若手の実務者と研究者が協働で実施したプロジェクトで、京都大学中心の事業に当センターが参加したものです。この取り組みによって、これからの東南海・南海地震対策の方向性や研究の方向性について、今後着目すべき課題に対する戦略計画としてまとめることができました。研究と現場を繋げたという意味で、極めて重要な成果であったと認識しています。

そのような中で、本プロジェクトは、これまでに出した答えの延長上にある、新たな挑戦として位置づけています。これまで研究部門は、実践性の高い優れた研究成果の誕生によって、社会の防災力向上に寄与してきました。本プロジェクトでは、このような突発的な寄与に加え、研究部門と実務部門との「持続可能な相互作用」によって、安定的に防災力が向上する社会的な仕組みが必要であると考え、その構築を官学協働で挑戦しているのです。

### 防災力向上を目指す 仕組みづくり

人と防災未来センターでは、将来の巨大災害に向けて、自治体職員の人材育成ツールの開発と維持管理を通して、研究部門と実務部門とが交流する「場

をつくり、両者の持続的な相互作用によって、安定的に防災力が向上できる仕組みづくりに挑戦しています。現在、4カ年計画の2年目です。

自治体では、人材育成のために年に数回ペースで訓練を実施しています。そこでは、災害が発生した場合に社会で何が起きるのか、そのイメージが乏しいことが大きな問題となっています。このことは、昨年夏に私たちが実施した、訓練の実態調査からも裏付けられました。また、このことが、訓練の設計に大きな負担を強いるだけでなく、訓練の質にも大きく影響していることも分かりました。

これまでに私たちは、災害時の社会現象に通じる最新の研究成果(孤立集落発生予測や津波挙動、地域経済問題など)と自治体職員が持つ現場の経験知を活用し、東南海・南海地震の発災後2週間までについて、時間経過とともに被災地でどのようなことが展開していくのか、そのシナリオを可能な限り複数描いてきました。具体的には、平成19年度からの2年間で、関西・四国の11府県3政令市1町の実務者と当センターの研究員が参加する大規模なワークショップを4回実施し、被災社会を構成する被災地や被災者の状況、自治体の対応に関するアイデアカードを2000以上蓄積してきました(写真の模造紙上のカード)。

### 課題解決に向け、 工夫を凝らして

今後は、訓練や演習に使いやすいように、これらのアイデアから必要なところだけを抜き出せるようにしたり、常に最新の研究成果をこのシナリオに反映できるように、成果物を維持管理できる仕組みを作るなどのさまざまな工夫をしていく予定です。また、これらの被災シナリオのデータを活用した新たな研究の創出として、自治体の災害対応の課題を解決するような研究も実施していきます。



## 1.17防災未来賞「ぼうさい甲子園」 神戸学院大防災・社会貢献ユニットがグランプリ

全国の学校や地域で防災教育・防災活動に取り組んでいる児童・生徒、学生を顕彰する1.17防災未来賞「ぼうさい甲子園」の表彰式と発表会((財)ひょうご震災記念21世紀研究機構、兵庫県、毎日新聞社主催、選考委員長・河田恵昭人と防災未来センター長)が、1月11日に神戸市中央区の兵庫県公館で開催されました。

同賞は、阪神・淡路大震災10年を機に平成16年度にスタートし、今回で5回目を迎えました。小学生、中学生、高校生、大学生の4部門に30都道府県から計118校・グループの応募がありました。今年度から、安心安全なまちづくりを目指す「だいじょうぶ」キャンペーンにちなんで防犯活動にも応用できる取り組み

を対象に新設した「だいじょうぶ賞」が新設されました。

その中から「ぼうさい大賞・グランプリ」に選ばれたのは神戸学院大防災・社会貢献ユニットで、防災教育キットを独自に開発、小学校への出前授業や海外研修など、地域から海外まで幅広く目を向け、学生による活動の幅が広がっていることが高く評価されました。

防災未来賞事業は、防災教育普及のために来年度以降も引き続き実施され、今年の6月から9月にかけて募集を行う予定です。

受賞校・受賞グループは次のとおりです。

### ぼうさい大賞

#### グランプリ★

**大学生** 神戸学院大防災・社会貢献ユニット(神戸市)



- 小学生** 高知県四万十町立興津小
- 中学生** 宮城県南三陸町立入谷中
- 高校生** 和歌山県立田辺工業高

### 優秀賞

- 小学生** 水の自遊人しんすいせんたいアカザ隊(山口県)
- 中学生** 徳島市津田中
- 高校生** 安城学園高2年2組(愛知県)
- 大学生** 中部大ボランティア・NPOセンター(愛知県)

### 奨励賞

- 小学生** 千葉県我孫子市立布佐南小  
和歌山県立四箇郷北小  
愛媛県新居浜市立多喜浜小
- 中学生** 新潟県長岡市立山古志中
- 高校生** 高知県立高知東高  
愛知県立日進高
- 大学生** 摂南大ボランティア・スタッフズ(大阪府)  
立命館大国際協力学生実行委員会(京都市)

### はばタン賞

#### はばタン大賞★

- 宮城県気仙沼市立階上中神戸市立明親小
- 長崎県南島原市立大野木場小
- あしなが育英会・四川大地震遺児の心の癒し使節団(神戸市)
- 神戸大中国留学生四川震災復興支援の会(神戸市)

### だいじょうぶ賞

#### だいじょうぶ大賞★

- 高知県立高知工業高
- 三重県尾鷲市立尾鷲小
- 東京都府中市立府中第八中
- 千葉科学大学生消防隊(千葉県)

### 選考委員特別賞

- 兵庫県立舞子高



## 語り継がれる、震災体験 「災害メモリアルKOBE2009」を開催

阪神・淡路大震災から14年が経過する今回は、「生き方は伝わる―震災とわたしの仕事―」をテーマに、大震災でさまざまな体験をされた世代、およびそれを見つめ大きな影響を受けて同じ道を歩んでいる次世代(消防士の親子ペア、先生の師弟ペア2組4人)の語り合い、語り継ぎをクローズアップしました。

このイベントの前段として、昨年末に、消防士の親子ペア、先生の師弟ペアのそれぞれが、神戸市立西郷小学校と芦屋市立岩園小学校の子どもたちに対して防災学習のための特別授業を行い、授業を受けた子どもたちに、作文を書いてもらいました。

イベントの午前の部では、25名の子どもたちが、作文を発表しました。

休憩時には、六甲アイランド幼稚園の園児の皆さんと、大学生や高校生、兵庫県のマスコット「はばたん」が、身体を使って覚えられる親しみやすい防災の取り組み「QQ体操」を披露。会場の参加者も、「QQ体操」を間近に見て大いに楽しみました。

また、午後の部では、「わたしたちがみた四川大地震」と題して、四川大地震の現地に赴いた神戸学院大学生と舞子高校生が、被害の状況や現地の子どもたちとの交流の様子などを報告しました。また、四川にも届くようにと、阪神・淡路大震災の復興応援歌「しあわせはこべるように」を、会場の参加者も一緒になって合唱しました。

次に、今回のメインテーマである「生き方は伝わる―震災とわたしの仕事―」について、実行委員である京都大学防災研究所の矢守克也准教授のコーディネートにより、消防士の親子ペアおよび先生の師弟ペアによるパネルディスカッションを行い、「両世代の間で何が伝わったのか」、「どのように伝わったのか」、「今だから言えること」などについて語ってもらいました。



時に笑いあり、また涙ありと、非常に感慨深い語り合いとなりました。

最後に、実行委員長である京都大学防災研究所の林春男教授が、「14年という長い年月は、当時の記憶を風化させる一方で、親から子へ、また先生から教え子へ、さらには震災を知らない年少の子どもたちへと、いわば三世代に震災を語り継ぐことを可能とした。今回は、初めて世代を超えて語り継ぎ、幼稚園児から高齢者まで幅広い年代の方々にご参加いただく素晴らしいイベントとなった。このような取り組みをさらに続け、世代を超えた語り継ぎを継承してもらいたい」と締めくくりました。

## 災害に強い医療施設を目指して

～減災シンポジウム／国際防災・人道支援フォーラム2009開催～

災害に強い医療施設をつくることで、いかにして災害発生時に医療サービスを継続させるかをテーマにした「減災シンポジウム／国際防災・人道支援フォーラム2009」が1月25日にポートピアホテルで開催されました。

このシンポジウムは、2008年から2009年にかけて、国連国際防災戦略(UNISDR)事務局及び世界保健機関(WHO)が、2005年の国連防災世界会議で採択された兵庫行動枠組に基づいて実施しているキャンペーンの一環として、また1月17日のひょうご安全の日の関連行事として実施されたもので、県内外の医療関係者、防災専門家、自治体職員など180名が聴講しました。

基調講演では、元汎米保健機構(PAHO)災害対策局長のクロード・ドゥヴィル氏が、世界的にも医療施設の耐震化の重要性と、その推進を図るため、医療関係者だけでなく、政府や金融機関を巻き込むことが大事で、そのためにも世論に訴え



かけることが重要だと論じました。

つづいて、阪神・淡路大震災当時、兵庫県保健環境部次長兼医務課長であった、財団法人兵庫県健康財団理事長の後藤武氏が阪神・淡路大震災当時の医療施設の状況とその後の復興について事例報告を行いました。

後半は、山本保博・人と防災未来センター上級研究員(東京臨海病院院長)のコーディネートにより、国内外の防災、医療専門家によるパネルディスカッションを行いました。

その中で、医療・看護・建築・防災それぞれの専門の立場から、最新の研究事例や救急医療の現状などについて会場と一体となって議論を深めました。

なお、今回のシンポジウムの成果は、4月7日の世界保健デーに開催予定の「緊急時の医療施設」をテーマとしたフォーラム(WHO神戸センター主催)や、UNISDR事務局へも報告することとしています。

## あの日のことを、忘れない 「ひょうご安全の日 1.17のつどい」を開催

1月17日(土)、今年も「ひょうご安全の日 1.17のつどい」が開催されました。正午に、神戸市立なぎさ小学校の児童が「カリオンの鐘」を鳴らし、参加者が黙とうを捧げました。

「ひょうご安全の日推進県民会議」会長として井戸敏三兵庫県知事は「震災の経験と教訓を後世に受け継ぎ、減災に取り組む災害文化として定着させること」の重要性を訴え、また、被災当時幼稚園児だった新成人の宮本直輝さんと小西香織さんが「県民の言葉」を述べました。

その後、河田恵昭・県民会議企画委員長が『1.17ひょうご安全の日宣言』を発表し、最後に参加者が白いカーネーションを献花しました。



## 資料室より

### 震災資料の横断検索ができるようになりました

人と防災未来センターの収蔵資料と、神戸大学附属図書館震災文庫の収蔵資料の横断検索が可能になりました。当センターの資料室では、震災資料の利活用促進のため、神戸大学附属図書館、神戸大学地域連携推進室と調整しながら横断検索の構築準備をしていました。このたび、まずは収蔵資料のうち図書資料を対象に横断検索を公開することになりました。

当センターのホームページ[資料収集・保存](<http://www.dri.ne.jp/shiryo/index.html>)より検索画面へ入ることができます。

### 新たな貸出写真資料ができました

川西市在住の中川氏(70代男性)より、約1500枚に及ぶ写真資料が寄贈され、資料室での整理が完了しました。当センターのホームページでも、順次公開していく予定です(資料検索HP:調査先番号420)。これらの写真は、大震災当日の1月17日から4月にかけて、被災地全域を精力的に回り撮影されたものです。今後は、大震災を語り継ぐための貸出写真として活用されることが期待されており、提供者の中川氏もそれを強く望んでおられます。



1/17阪急伊丹駅の被災状況  
資料番号0000420-001001-001.00008



1/17神戸市灘区の火災現場  
資料番号0000420-001012-001.00004

## （財）ひょうご震災記念21世紀研究機構 阪神・淡路大震災記念 人と防災未来センター

〒651-0073 神戸市中央区脇浜海岸通1-5-2  
観覧案内・予約 / TEL:078-262-5050  
URL <http://www.dri.ne.jp/>

### 開館時間

9:30～17:30(入館は16:30まで)  
\*7～9月は9:30～18:00(入館は17:00まで)  
\*金・土曜は9:30～19:00(入館は18:00まで)

### 入館料金

\*団体は20名以上

区分	大人	高校・大学生	小・中学生	
防災未来館	個人	500円	400円	250円
	団体	400円	320円	200円
ひと未来館	個人	500円	400円	250円
	団体	400円	320円	200円
両館とも	個人	800円	640円	400円
	団体	640円	510円	320円

兵庫県内の小・中学生はココロカード提示で無料。障害をお持ちの方、兵庫県内在住の高齢者は上記の半額。

### 休館日

毎週月曜(月曜が祝日の場合は翌平日)  
12月31日と1月1日  
\*ゴールデンウィーク期間中  
(4月28日から5月5日まで)は無休

### 交通

#### 鉄道

- ・阪神電鉄「岩屋」駅、  
「春日野道」駅から徒歩約10分
- ・JR「灘」駅南口から徒歩12分
- ・阪急電鉄「王子公園」駅  
西口から徒歩約20分

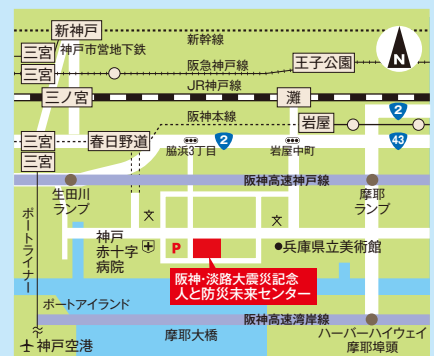
#### バス

- ・三宮駅前から約15分

#### 車

- ・阪神高速道路神戸線「生田川」ランプから約8分
- ・阪神高速道路神戸線「摩耶」ランプから約4分
- ・阪急・阪神・JR「三宮」駅から約10分

- 有料駐車場(普通車100台)
- バス待機所(予約制/無料)あり



## 学術交流センター

### 平成21年度「ひょうご講座2009」 (ひょうご講座、オープンカレッジ)受講者募集!

県内の大学や研究機関などと連携し、大学教養レベルの生涯学習講座を提供する『ひょうご講座2009(ひょうご講座、オープンカレッジ)』を開催します。

●募集期間：下記各開講日の1週間前まで。先着順受け付け、定員になり次第締め切り。

#### 【ひょうご講座】

県内の大学や研究機関をはじめとする多彩な講師陣による講義(独自科目)および県内各大学主催による出前の公開講座(学外科目)です。

●時間：平日(火～金曜) 18:30～20:00  
土曜13:30～15:00

●日数：8～12回  
(1回あたり90分講義。週1回、同一曜日に実施)

●受講料：1万円(8回)、1万2000円(9・10回)、  
1万5000円(11・12回)

●定員：1科目あたり約40名

●開講場所：兵庫県民会館(神戸市中央区)

#### ●春期開設科目

科目名	日程・回数
現代世界を読む:2009年～混沌からの脱出は可能か～	5/12(火)～10回
キリスト教文明の光と影～国際理解のために～	5/12(火)～12回
英語の多面性Ⅲ ～英語で学ぶ社会、文化、コミュニケーション(中級～上級)	5/13(水)～10回
音楽の世界におけるターニングポイント(転換点)	5/13(水)～9回
古代研究の最前線	5/14(木)～12回
欧州連合の将来 ～ヨーロッパの統合から我々は何を学ぶことができるか～	5/14(木)～11回
現代社会における光と影:人間の心と行動を通して考える	5/15(金)～10回
現代アフリカの変動を読む	5/15(金)～12回
子どもの育ちと課題～今、教育に求められるもの～	5/15(金)～8回
21世紀の超大国、中国の行方	5/16(土)～10回
水と人の営み～歴史学と地理学の立場から～	5/16(土)～8回

#### 【オープンカレッジ】

大学の施設を使用して、実習やゼミナールなど、参加・体験型の多彩なプログラムを提供します。

●受講料：2万円

●開講場所：各大学キャンパス

●定員：1コースあたり約40名

●開設コース

コース名	日程・回数
神戸夙川学院大学コース ニューツーリズムを担う人材養成講座	5/9(土)～5回
甲南女子大学コース 心と体のリハビリテーションと危機管理 ～健康寿命延伸のために～	9/26(土)～5回

●問い合わせ：同機構 学術交流センター  
TEL:078-262-5714 FAX:078-262-5122  
URL <http://www.hyogo-al.gr.jp/kouza/>

## こころのケアシリーズ 6

### 心身の不調

「なんとなく調子が  
すぐれない」という方へ

—こころとからだの深い関係—

#### 「こころ」と「からだ」は 密接な関係にあるのです

何となくけだるい、胃のあたりが重苦しい、吐き気がする、のどがつかえる、胸がどきどきする…。こうした不調には、検査を受けても異常が見つからないものがあります。神経(自律神経)が過敏になったり、バランスが崩れると、このような症状が起こるのです。

#### 悪循環になっていませんか?

自律神経の働きが乱れる原因はいろいろあります。中でも精神的な悩みやストレスは大きく影響します。そして体の不調は新たなストレスの悪循環を引き起こします。

#### 「いまさら…」なんていわないで

つらい体験は何とか乗り越えたつもりだ…。それなのに最近、何となく体調が優れない、といったことがありますか。ストレスが体調に影響することは、誰にも起こり得ることなのです。

#### ストレスを減らすためには

軽い運動をする、バランスのよい食事、休みを取る、趣味を持つ、家族や友人と過ごす時間を楽しむ、タバコやアルコールを控えるなど、一見当たり前のことがストレスを減らすためには大切です。

#### ためらわないで…

このような“悪循環”から抜けられない場合は、専門家による助言や治療が必要なことがあります。「症状が長びいている」「どんどん悪くなる」という方は、専門家に相談することをためらわないでください。

こころのケアセンターでは、「こころのケア」に関する専門的な相談を受け付けています。

- 相談曜日：火曜～土曜(年末年始および祝日を除く)
- 相談時間：9:00～12:00 13:00～17:00
- 相談方法：電話および面接
- 相談・問い合わせ先：こころのケアセンター相談室  
TEL:078-200-3010(代)

★面接相談は事前予約制です

## Hem21 NEWS vol.14

平成21年3月発行



(財)ひょうご震災記念  
21世紀研究機構

〒651-0073  
神戸市中央区脇浜海岸通1-5-2  
(人と防災未来センター)

▼URL  
<http://www.hemri21.jp/>

当機構は、以下の組織で  
構成しています。

●管理部  
TEL 078-262-5580  
FAX 078-262-5587

●研究調査本部  
TEL 078-262-5570  
FAX 078-262-5593

●人と防災未来センター  
TEL 078-262-5050  
FAX 078-262-5055

●学術交流センター  
TEL 078-262-5713  
FAX 078-262-5122

●こころのケアセンター  
〒651-0073  
神戸市中央区脇浜海岸通1-3-2  
TEL 078-200-3010  
FAX 078-200-3017

ニュースレターに関するご意見・  
ご感想を機構までお寄せ下さい

**勝てる! ECサイトと  
充実のラインナップをご用意!!**

**ERSシリーズ**  
初めてのかたから本格導入まで、貴社のニーズにお答えるERSシリーズ。ネット販売のビジネスをあらゆる角度からサポートします。

**株式会社アイブイビー**  
〒651-0084  
神戸市中央区磯辺通3丁目2-11  
三ノ宮ファーストビル 606  
TEL: 078-291-6290 FAX: 078-291-6291

**ホームページが  
コスト削減と  
ビジネスをお手伝いします。**

**KOBE 606**  
WEB Production  
WEB構築プロダクション  
[www.kobe606.jp](http://www.kobe606.jp)

〒651-0084  
神戸市中央区磯辺通3丁目2-11  
三宮ファーストビル606  
電話 078-291-6316  
営業時間 9:00～18:00

**CMS**  
サイト構築をソフトウェアで「自動的に」行なうようにしたものが「CMS」です。「更新太郎」は、お客様がご自宅からでもカンタンにサイトの更新が出来ます。