

探寻一种在山上新休闲方式!



不明白区役所的各种手续以及  
育儿补助金等情况时,请咨询

神戸国际交流中心(KICC)

☎ 078-742-8705 (11种语言服务)



↑ 点按此码

进入网页!



编辑: 神戸市市长室国际部国际课

## 新风格办公和待客空间

六甲山可通过六甲缆车轻松抵达,山上自然环境优美宁静,很适合搞设计和IT服务等有创意的工作。

### ◆ ROKKONOMAD (六甲之窗)

六甲山上设有“可以住宿的森林共享办公室”。它还具备会议室和小木屋,可供公司和团体等多功能地使用和住宿。



### ◆ 653咖啡/cafe

从六甲缆车「山上车站」步行1分钟,可以眺望淡路岛,和歌山景致而闻名的653咖啡。大树上挂着秋千,大草坪生机盎然,可以在此享受铺上野餐垫在大自然中用餐的菜单。



### ◆ 六甲山蒸馏酒厂

有效利用一家制药公司的旧疗养所,把它改造成蒸馏酒厂。每周日举办参观会(需要预约)。在此可以品尝威士忌酒。



### ◆ 六甲户外站之家 Foton

就像是森林中的一个隐匿之家。二楼是招待所,一楼是可供徒步旅行者放松的咖啡吧。户外还设有烧烤露台。



### ◆ Hotel神戸六甲迎宾馆

是一家可以俯瞰神户和大阪景致的餐厅,也可以用作徒步旅人的休息地点。



有关六甲山设施信息  
请点击这里! (日语) →



## 有关COVID-19新冠疫苗接种的通知

### “新冠疫苗第4针”接种即将开始

第3次疫苗接种后经过5个月,是以下人群者有资格接种:

- ① 60岁以上者(按顺序寄送接种券)
- ② 18岁至60岁,有基础疾病或经医生确认有重症化风险者(需要进行接种券的申请手续※)

第1次至第3次无论接种哪种疫苗,都可以接受辉瑞或莫德纳新冠疫苗加强针。



※ 有关详细可以参考多语言信息网页! →

### 有关新冠后遗症咨询窗口一览表

后遗症是指在新冠病毒感染治愈后,有症状持续超过4周以上。如果您有后遗症,请随时与有关窗口取得联系。

- ◆ 后遗症咨询电话:如果您怀疑有后遗症,请给我们打电话。将给您介绍有关的医疗机构。
- ☎ 078-322-6037 周日~周五(节日除外) 10~17点
- ◆ 心理咨询电话:如果您因新冠影响身心倦怠时,请给我们打电话。
- ☎ 078-371-1900 周一~周五 8点45分~17点15分 (12~13点除外)
- ◆ 感染新冠后的体检:新冠感染者疗养后可免费接受健康检查。

预约:☎078-262-1163 周一~周五 8点30分~17点

- ◆ 自我康复计划:如果您感到肌理虚弱,可以获得在家进行锻炼和运动的信息。※ 预定8月左右在神戸市网站上公开发布信息 →



- ◆ 健康风险改善业务:如果您感到肌无力,可以每周一次在健身房帮助您恢复基本体能。(免费)(对象:65岁以上,健康高危人群)



## 有关免费接受风疹抗体检测

因为风疹几乎没有明显的症状，即使被感染了您也可能没有注意到它。但是它确实存在着以下风险：

- 有传染给他人的风险
- 如果是怀孕初期的孕妇感染了，婴儿有患上先天性风疹综合征的风险
- 成年人感染后比儿童更容易有重症化的风险

让我们做一下抗体检测！如果检测结果显示出没有抗体，您可以**免费接种疫苗**！

**接种对象** 是出生于1962年4月2日~1979年4月1日之间的男性。免费接种券将于八月寄出。

**有效期限** 到2023年2月为止

**预约方法** 当您收到接种券时，请直接向医疗机构预约。

有关详细请点击此处！ (日语) →



## 小心“鹿害”！



如果日本鹿数量增加太多，会危害到我们的日常生活。

它们剥去森林树木的皮或吃掉下面低矮的草木，将来美丽葱翠的六甲山也会消失，同时也有增加泥石流灾害的风险。此外，它们出没啃食庄稼，造成交通事故。还有它们身上寄生着吸食人血的山蛭和壁蝨。

当您遇到鹿时，请不要**靠近和触摸它们**，**安静地离开**后，给鸟兽咨询中心打电话 (☎078-333-4408)。

## 三宫图书馆将在KIITO开馆 (临时搬迁)



因勤劳会馆闭馆，三宫图书馆也将于**6月30日(星期四)**关闭。从**7月26日(星期二)**起临时搬迁至“**神户设计创意中心KIITO**”二楼。

**地址** 中央区小野浜町1-4

**开馆时间** 10:00~21:00(周日·节日10:00~18:00)

**休馆日** 周一(是节假日时，翌日闭馆)

**藏书量** 约7万册

**座位数** 110个

有关详细请点击此处！ (日语) →



## 在市中心三宫 开设“中央亲子广场”

备有很多孩子们喜爱的玩具和绘本，让他们可以享受利用五感在广场玩耍的乐趣，大人们则可以休息和聚会。本广场将于**7月19日，星期二**开业。同时我们还将企划培养儿童感性和创造力的各种活动。此外，您可以随时向具有育儿专业知识的工作人员咨询。

**利用对象** 0~2岁的孩童及父母

**营业时间** 平日9:00~17:00 (要预约)

**场所** 中央区役所新大楼3楼 (中央区东町115番地)



点击此处可预约 ← (日语)



## 夏季防控和预防中暑

随着外出机会的减少，身体活动和出汗机会也将减少，人就会**更容易中暑**。

### 有关屋内中暑的预防



室温应该以**28度**为基准



**暑热**  
不要去忍耐  
使用  
空调或电风扇



防止  
阳光的直射  
利用  
窗帘和竹帘

### 有关屋外中暑的预防



避免  
阳光直射



让身体习惯暑热  
用轻出汗  
来调节体温



使用凉爽的衣服  
比如涤纶面料  
速干面料，  
透气透气的服装

### 有关对戴口罩的看法

夏季，从预防中暑的角度上是不需要戴口罩的。

如果碰到不需要戴口罩的场景时，**请取下您的口罩**。

有关小学生以上~成人(戴口罩的必要性)

屋内	距离:2m以上	距离:2m以内
进行对话时	<b>建议戴口罩</b> *如果您采取了足够的通风等防控措施时，可以摘下口罩。	<b>建议戴口罩</b>
不进行对话时	不需要戴口罩	<b>建议戴口罩</b>
屋外	距离:2m以上	距离:2m以内
进行对话时	不需要戴口罩	<b>建议戴口罩</b>
不进行对话时	不需要戴口罩	不需要戴口罩