



令和5年 3月発行 小田地域課  
TEL06・6488・5441 FAX06・6488・5459

P2

令和5年度フレイル予防体操

P3

まあるい食卓

P4

今月の小田地域課活動報告



子育て中の皆さんがほっと一息つける場所

おしゃべりルーム



おもちゃや絵本をたくさん用意しているので、ぜひご利用ください♪

**日時** 9:30～16:00 (毎週水曜日と年末年始は、休館日のため利用できません)

**場所** 小田南生涯学習プラザ1階 **対象** 5歳以下の子どもと保護者

**費用** 無料 **申込** 不要。利用時に小田南生涯学習プラザ窓口で登録が必要

----- おしゃべりルームで定期開催しているイベント -----

毎月第2木曜日 主任児童委員さんによる見守り

毎月第2火曜日 本・大好き会の皆さんによる絵本読み聞かせ会

WEBでも情報公開中です！

小田地域課

検索



ホームページ



フェイスブック



インスタグラム


# 尼崎市推奨教室

## フレイル予防体操教室

自宅で簡単に取り組める、ストレッチや軽トレーニング、認知症予防運動など  
一緒に楽しく体を動かしましょう♪

### 小田南生涯学習プラザ(3階ホール)

時間：10時45分～11時45分（金曜日）

4月：7・14・21・28日

5月：12日

6月：2・9・16日

料金：期 2,000円（8回分）



※会場にてお支払いください。

《対 象》 地域にお住いの40歳以上の方

《定 員》 50人

《持ち物》 動きやすい服装、タオル、水分補給用飲み物

《所在地》 尼崎市長洲中通1丁目6-10

➤ 最寄り停留所：阪神バス「小田南生涯学習プラザ前」

《申込方法》

随時受付していますので、下記番号にお申込ください。

**小田体育館 TEL&FAX06-6498-4761（月曜日休館）**

※ お越しの際は、マスクを着用してください。

※ 新型コロナウイルス感染症対策等により中止となる場合もございますので、予めご了承ください。

【共催】公益財団法人尼崎市スポーツ振興事業団  
尼崎市（小田地域課、包括支援担当課）

【協力】尼崎市社会福祉協議会小田支部



回 覧 印											

# まあるい食卓

毎月第3日曜日 11時～

！！こどもは無料！！

「まあるい食卓」は、地域食堂です。

食を通して、地域から、ゆるく広くつながる居場所づくり。

誰もが受け入れられて。あったかく、やわらかく、やさしい。

お料理が得意なひとと、苦手な人も。

みんなで準備をして、手作りのご飯をたのしく食べる。

誰でも参加できる、まるくて大きな食卓です。

畑で野菜を作る人、それを運んでくれる人、

活動費を集めてくれる人、

会場の準備や、お料理をしてくれる人、

活動を広めてくれる人、

たくさんの人に支えられて

この食卓が出来上がっています。



## ばしょ：尼崎市立小田南生涯学習フラザ

(尼崎市長洲中通 1 丁目 6 番 10 号)

おいしいお昼ごはんを作っておまちしてまーす。

★なくなり次第終了です★

詳細は [まあるい食卓 尼崎](#) 検索

当日の最新情報は

[facebook まあるい食卓](#) 検索

主 催：みんなでごはんプロジェクト

共 催：尼崎市総合政策局小田地域課

協 力：尼崎市社会福祉協議会小田支部  
特別養護老人ホーム喜楽苑



※この活動は、有志の方からのご寄付とボランティアで成り立っています

※運営は食材のご寄付でまかっています




# ～今月の小田地域課活動報告♪～

小田地域課の Instagram や Facebook などの SNS を通じて  
発信しているイベント情報やイベント報告をご紹介します



@amaodachiiki 2023. 1. 28



杭瀬小学校で防災の取り組み  
「BOUSAI ～地域は地域で守ろう!!」を開催  
市災害対策課や地域の消防団の皆さんによる  
防災のお話や放水体験をしてもらいました

@amaodachiiki 2023. 3. 3



浜小学校の遊具を6年生と地域の皆さんで  
力をあわせてペンキの塗り直しをしました  
関西ペイント株式会社さんがペンキの塗り方  
指導や塗料の準備をしてくださいました!



@amaodachiiki 2023. 3. 8



初めての音響 (PA) 講座を開催しました  
参加者の皆さんからは、難しい内容でしたが、  
音響のことを学べて良かった  
という声をいただきました!

@amaodachiiki 2023. 3. 8



おいでよ!小田はるらんまん&夜バルを  
開催しました  
屋台やワークショップなど  
地域の皆さんにたくさん出店・出演いただき  
約900名の方にご来場いただきました!