



【申し込みについて】受け付け開始日の記載のない先着順のものは**2月5日**から受け付け開始です。ファクス、はがき、往復はがき、Eメールでの申し込みには、**住所、氏名（ふりがな）、電話番号**を記入してください

地域振興センターの講座など

中央地域課 ☎ 6482 - 1760 小田地域課 ☎ 6488 - 5441 大庄地域課 ☎ 6419 - 8221
立花地域課 ☎ 6427 - 7770 武庫地域課 ☎ 6431 - 7884 園田地域課 ☎ 6491 - 2361

中央地域振興センターから

内容	日程	会場	対象・申し込み方法など
毎月10日は中央おしゃべりデー ID1033334	2月10日(火) 午後2時～3時30分	北竹谷連合 福祉会館	同館(神田南通4丁目)で、中央地区での企画やイベントの相談、情報交換などを。 申 不要 問 中央地域課
うめにわミーティング ID1040736	2月12日(木) 午後7時～8時30分	中央北生涯 学習プラザ	中央地区での新しい企画の相談や地域で活動している人のミニトークなどを。 申 不要 問 中央地域課
ことばでつなぐ多文化共生 外国人 に通じやすい「やさしい日本語」 入門 ID1042471	2月19日(木) 午後1時30分～3時30分	中央北生涯 学習プラザ	先 40人 申 電話か専用フォームで中央地域課
梅deほっと ID1041590	3月3日(火) 午後1時30分～3時	中央北生涯 学習プラザ	高齢者の憩いの場として音楽療法士によるリズム体操を。 先 30人 申 不要 問 中央地域課
生涯学習中央フェア ID1042457	3月4日～13日 午前9時～午後9時(8日は5 時まで・最終日は3時まで)	中央北生涯 学習プラザ	中央地区の施設を紹介するパネルや小学生が描いた絵などの展示を。 申 不要 問 中央地域課
自転車安全教室 ID1042350	3月11日(火) 午前10時～11時30分	中央北生涯 学習プラザ	青切符の導入や自転車の交通安全についての講座を。 先 50人 申 2月16日から電話か専用フォームで中央地域課

大庄地域振興センターから

内容	日程	会場	対象・申し込み方法など
ことはじめかいぎ ID1023768	2月21日(土) 午前10時～正午	大庄北生涯 学習プラザ	新しい企画や活動を始めるための相談会などを。 申 不要 問 大庄地域課

立花地域振興センターから

内容	日程	会場	対象・申し込み方法など
たちばなウェルカム スタンプラリー ID1035005	2月14日～3月1日 時間は施設により異なります	立花地区の 施設	同地区の施設やイベントを巡るビンゴ形式のスタンプラリーを。景品のプレゼント(対 高校生以下の人)も。スタンプ台紙は立花北・南生涯学習プラザなどで配布します。 申 不要(スタンプ地点でのイベントは 申 一部必要 ¥ 一部有料) 問 立花地域課
☆苔(こけ)テラリウム	2月17日(火) 午前10時～11時30分	立花北生涯 学習プラザ	先 20人 ¥ 2000円 申 2月15日までに電話か直接同プラザ ☎ 6422 - 6741
☆姿勢改善! 背骨のエクササイズ	2月24日(火) 午前9時30分～10時30分	立花南生涯 学習プラザ	先 10人 ¥ 1000円 申 電話か直接同プラザ ☎ 6429 - 6431 休 水曜日

武庫地域振興センターから

内容	日程	会場	対象・申し込み方法など
武庫地区子育て支援講演会 ID1042138	2月19日(木) 午前10時30分～正午	武庫西生涯 学習プラザ	「大人が変われば子どもも変わる 優しさという温かい貯金」をテーマに。 申 2月6日から電話で武庫地域課
☆マンドリンコンサート (午前の部)	2月21日(土) 午前11時～正午	武庫東生涯 学習プラザ	ワンドリンクとお菓子付き。 先 20人 ¥ 500円 申 電話か直接同プラザ ☎ 6432 - 1177
☆マンドリンコンサート (午後の部)	2月21日(土) 午後2時～3時	武庫西生涯 学習プラザ	ワンドリンクとお菓子付き。 先 20人 ¥ 500円 申 2月6日から電話か直接同プラザ ☎ 6431 - 7899 休 水曜日
あつまれ! パパ男子! 講座 ID1018018	3月15日(日) ①午前9時30分～10時20分 ②10時30分～正午	武庫西生涯 学習プラザ	①ベビーマッサージ②乳幼児救命——の講座を。 対 ①2～5カ月児と男性保護者。①②いずれもパートナーの参加も可 先 ①15組②15人 ¥ ①500円 申 2月17日～3月10日に電話か専用フォームで武庫地域課
武庫のみんなの防災訓練 「もしも」に備える日 ID1042584	3月18日(火) 午後2時～4時30分	武庫西生涯 学習プラザ	避難所運営訓練や災害対応を学ぶカードゲームを。 先 30人 申 2月20日までに電話か専用フォームで武庫地域課

☆=指定管理者の自主事業

中央

話す・つながる
「うめにわミーティング」

今年度から毎月第2木曜日の午後7時～8時30分、新たなプラットフォームとして「うめにわミーティング」(ID1040736)を実施しています(21ページ参照)。

中央地域課では、これまでに月1回のプラットフォーム「中央おしゃべりデー」を2年間実施してきましたが、平日昼間の開催のため働き世代などの若い参加者が少ないという課題が見えてきました。そこで、仕事終わりでも参加しやすい夜の時間帯に新たなプラットフォーム・うめにわミーティングを実施することで、さまざまな世代の人がより参加しやすいようにしました。

さらに、地域活動の始め方や仲間集めの方法などの好事例を共有することで「自分も何かやってみたい」という参加者の後押しになることを目的に、地域で活動する人をゲストスピーカーとして毎回招き、自身の活動について話してもらっています。ゲストスピーカーの話でフリースクールを初めて知った参加者が、ゲストスピーカーとつながりながら子どもの見守りなどでフリースクールに関わり始めた事例も。当日参加歓迎でふらっと立ち寄れる場ですので、ぜひお越しください。



小田

ごきげんさんに学ぶ！体験する！
SDGsフェアを開催

3月1日(日)正午～午後4時、小田南生涯学習プラザで、今回で6回目を迎える「SDGsフェア」(ID1042451)を開催します(▼一部有料)。キーワードは「(S)ステキな(D)出逢いに(G)ごきげん(し)さん♪」。参加する人も出展する人も一緒に楽しめる同フェアは、SDGsやごみ分別がテーマのカードゲームやプラザ内でのクイズラリー、自然や環境について学べるワークショップなど、特に親子や家族で楽しく参加できる内容が盛りだくさんです。



さらに今回は、人と自然の博物館(三田市)の移動博物館車「ゆめはく号」がやって来ます。同館が所蔵している化石や昆虫、植物などの標本や資料など、興味深い展示がいっぱいですので、どうぞお楽しみに。

SDGsをもっと身近に感じ、新しいアイデアや取り組みにふれたり体験したりすることで、ステキな未来を思い描き、「自分に今できることは何だろう?」と考えるきっかけにしませんか。ご来場お待ちしております！



各地区からの
お知らせ



保健・健康

アスベスト

救済制度に基づく手続きを
ID1003849

▽中皮腫や、石綿による肺がんなどで現在療養中の人▽これらの疾病に起因して死亡した人の遺族——のうち労災保険法などで補償されない人で、まだ認定申請をしていない場合は手続きを。国疾病対策課 ☎4869・3032。

講座・教室

健康増進すみれ会と一緒に
「歌で健口音楽講座」
ID1042228

2月17日(火)午前10時～11時30分、武庫西生涯学習プラザで。市内在住の人 20人 限。氏名、電話番号、講座名を書いて)で北部地域保健課 ☎4950・0637 FAX66428・5110。

そのほか

近畿中央病院の跡地活用に関する近隣住民説明会
2月23日(月)午後1時30分～3時、ラスタホール(伊丹市)で。 200人 限 不要 同 院 ☎072・781・3712。

市民すこやかセミナー

2月27日(金)午後2時30分～3時30分、尼崎総合医療センターで、「認知症のこと知ってみませんか」をテーマに講演を。 120人 限 不要 同 センター ☎6480・7000。

あまつなぎ市民フォーラム

2月28日(土)午後2時～4時、ライクスホール(塚口町1丁目)で、「市民のみなさんと一緒にわかりやすいACP(アドバンス・ケア・プランニング)の話」をテーマに講演などを。 150人 限 不要 同 市医師会 ☎6426・6333。

兵庫慢性腎臓病シンポジウム

3月1日(日)午後1時30分～4時、総合文化センター7階で、慢性腎臓病や食事療法などをテーマに講演を。 99人 限 2月5日から電話かファク

スで兵庫県腎友会 ☎078・371・4382 FAX078・371・8840。 除医協会 ☎078・393・1840。

歯周疾患検診
ID1003310

対象者には6月～7月に受診券を送付しました。有効期限は3月31日です。 令和7(2025)年4月1日時点で40・50・60・70歳の市内在住の人 限 電話で各指定実施医療機関。転入者や受診券を紛失した人は電話で健康増進課 ☎4869・3033。

健康情報テレホンサービス

24時間、固定・公衆電話から聞けるテレホンサービス(☎0120・979・451)を。テーマは曜日により異なります。2月は「子宮がん検診の

休日夜間急病診療と休日急病歯科診療

ID1002461 国保健企画課 ☎4869-3010

休日夜間急病診療所
(内科、小児科、眼科、耳鼻咽喉科)

☎6480-9500

診療日時は科目により異なります。詳細はホームページをご確認ください

尼崎口腔衛生センター
(歯科)

☎6481-3005

●日曜・祝日、毎年8月14日・15日 午前10時～正午
●年末年始 午前10時～午後0時30分

けんしん(健診・検診)を受けましょう！ 国健康支援推進担当① ☎6435-8967 ② ☎4869-3033

①ハーティ21で冬の集団健診を実施

ID1020620

申 電話でハーティ21健診受付専用ダイヤル ☎0120-186295(平日午前8時30分～午後2時 休 月曜日)。すべての日程で、肺がん検診が受けられます(料金は別途)。

月	日	曜日	会場	時間
2	12	木	ハーティ21	午前9時30分～11時
	20	金		
	28※	土		
3	4	水	ハーティ21	午前9時30分～11時
	8	日		
	12※	木		

※胃がん検診が受けられます(料金は別途)

◆対象者など 【生活習慣病予防健診】 限 16～39歳 限 4月2日以降に本市の国民健康保険に加入した40～74歳——の人 費 23～39歳の人1000円 【特定健診】 限 40～74歳の本市の国民健康保険加入者 【後期高齢者健診】 限 県後期高齢者医療制度加入者 【健康増進事業健診】 限 40歳以上の生活保護受給者。

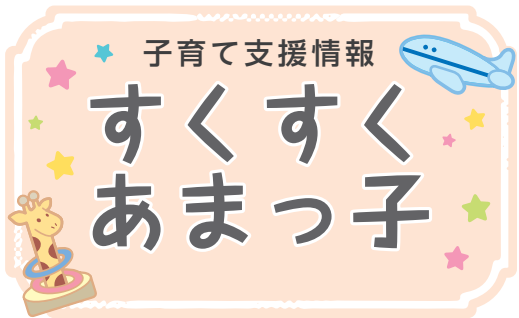
上記以外の方は、加入している医療保険者へお問い合わせを。なお、特定健診・後期高齢者健診は、市内の実施医療機関でも受診できます(ID1010102)。

②がん検診を受けましょう ID1009487

定期的な検診で、がんの早期発見を。検診により受診できる場所や自己負担額が異なります。

有料広告欄

※こちらには有料広告を掲載しています



すこやか子育て支援事業
「幼稚園で遊びましよう」
ID 1003156

市立幼稚園の行事などに参加できます。いずれも時間は園により異なります。対就学前児と保護者
申不要園各園
か就学前教育課 4950・5665。



幼稚園	小園	大島	立花	武庫	園和北	竹谷	塚口	長洲	園田
月	日	曜日	6	9	18	24	25	26	27
金	金	月	水	火	水	木	金	木	金

女性センタートレピエで
①親子でいっしょに絵本とお茶でほっこりタイム 2月10日(火)午前10時30分～11時30分。対就学前児と保護者 5組 保護者1人250円。
②子どもを預けて読書でリラックス 2月25日(水)午前10時～正午。対1歳以上の就学前児の保護者 6人。託児あり(対1歳以上の就学前児 8人申必要)。

いずれも 申①不要②2月12日から電話か直接同センター 6436・6331 休月曜

親子ふれあい広場

2月10日～3月17日火曜日 午前11時～正午計5回、大庄体育館で、リズム体操やサーキット遊びなどを。対1～4歳児と保護者(保護者1人当たり子ども2人まで) 30組 1組200円申不要 同館 6419・5373 休月曜

中央図書館から

①としょかんコアラくらぶ ID 1036096 2月11日(水)・25日(水)午前11時～11時30分、同館で、絵本の読み聞かせなどを。対3歳以下の子どもと保護者 各10組。
②絵本・手遊びDEコミュニティ

ケーション! ID 1042495 2月19日(木)午前11時～11時45分、中央南生涯学習プラザで。対妊婦(パートナーの参加も可)か2歳以下の子どもと保護者 10組。いずれも 申①不要②2月5日から専用フォームか直接同館 6481・5244 休月曜日(祝日の場合は火曜日)と2月26日(木)。



梅プラザにここひろば ID 1020336 2月19日(木)午前10時～11時30分、中央北生涯学習プラザで、ひなまつりの工作を。対2歳以下の子どもと保護者 30組 申不要 中央地域課 6482・1760。
エイジングママの会心を整えるコミュニティ ID 1041102 2月19日(木)午前10時～11時30分、小田南生涯学習プラザで、自分軸で輝くママになるをテーマに講話などを。対35歳以上で出産した就学前児の母か35歳以上で出産予定の妊婦。子どもの同伴も可 10人 500円 申2月5日～17日(金)午前9時45分～10時30分。対1～3歳児と保護者 7組 子ども1人1000円。いずれも 申2月5日から電話か直接同プラザ 6429・6431 休水曜日。

立花南生涯学習プラザで
◆ベビーマッサージ 2月17日(火)・28日(土)午前10時15分～11時30分。対2～8カ月児と保護者 各7組 1組100円～1500円。
◆おやこリトミック 2月20日(金)午前9時45分～10時30分。対1～3歳児と保護者 7組 子ども1人1000円。いずれも 申2月5日から電話か直接同プラザ 6429・6431 休水曜日。

マタニティストレッチ&おしゃべり会 2月17日(火)午前10時30分～11時30分、武庫東生涯学習プラザで。対妊娠週数16週以降の妊婦。子どもの同伴も可 10人 申2月5日から電話か直接同プラザ 6432・1177。

森の子育てひろば ID 1024117 2月21日(土)(雨天のときは23日(月)午前10時～正午、尼崎の森中央緑地で、柴刈りや火起こし体験などを。対3～6歳の就学前児と保護者 15人 500円 申2月11日までに電話か直接同緑地パークセンター 6412・1900。子育てカフェ ハローたちばな ID 1023197

南北保健福祉センターから	問 北部保健福祉センター北部地域保健課 ☎ 4950－0637、南部保健福祉センター南部地域保健課 ☎ 6415－6342	日程	時間	会場	対象・申し込み方法など
体験型 心と体を育む幼児食講座 1歳からのすくすく育つ子どもごはん ID 1038539		2月18日(水)	午前10時～11時30分	北部保健福祉センター	対市内在住の1～2歳児と保護者 先10組 申2月5日から電話か専用フォームで北部地域保健課
		3月12日(木)	午前10時～11時30分	南部保健福祉センター	対市内在住の1～2歳児と保護者 先10組 申2月5日から電話か専用フォームで南部地域保健課
親子で楽しむ離乳食講習会 ID 1012060		2月20日(金)・3月4日(水)	午前10時～11時30分	北部保健福祉センター	対市内在住のおおむね4～9カ月児と保護者 先各18組 申2月5日から電話か専用フォームで北部地域保健課
		2月25日(水)	午前10時～11時30分	南部保健福祉センター	対市内在住のおおむね4～9カ月児と保護者 先10組 申2月5日から電話か専用フォームで南部地域保健課
		3月10日(火)	午前10時～10時45分	Zoom	対市内在住のおおむね4～9カ月児と保護者 先18組 申2月5日～3月8日に専用フォームで南部地域保健課
1歳からのむし歯予防教室 ID 1009294		2月25日(水)	午前10時～11時	北部保健福祉センター	対市内在住の1歳以上の就学前児と保護者 先10組 申2月5日から電話か直接北部地域保健課
		3月9日(月)	午後2時～3時	保健所	対市内在住の1歳以上の就学前児と保護者 先10組 申2月5日～3月6日に電話か直接南部地域保健課
0歳の歯磨きデビュー応援教室! オンライン ID 1028192		2月26日(木)	午前10時～11時	Zoom	対市内在住の0歳児の保護者 先10人 申2月5日～24日にEメール(住所、氏名、電話番号、子どもの氏名・生年月日を書いて)で南部地域保健課
♥子どものイヤイヤなんて? 知ろう! 学ぼう! ID 1039516		3月6日(金)	午前10時～11時30分	南部保健福祉センター	対市内在住の1歳6カ月～3歳児の保護者 先15人 申2月5日～3月3日に電話か直接南部地域保健課。託児あり(申必要)

すこやかプラザで	問 同プラザ ☎ 6418－3463 休 水曜日	日程	時間	対象・申し込み方法など
ツイズ親子広場		2月16日(月)	午前10時～11時30分	対就学前の多胎児と家族か、多胎児を妊娠中の人 先15組 申不要
ぴよぴよタイム		2月16日(月)	午後1時30分～3時	対8カ月以下の子どもと母親 先25組 申不要
パパとふれあい広場		2月22日(日)	午前10時～11時30分	対就学前児と男性保護者 先25組 申不要
わいわい育児トークング		2月27日(金)	午前10時～11時	「パートナーとのコミュニケーション」をテーマに。対就学前児の保護者。子どもの同伴も可 先10組 申2月7日から電話か専用フォームで同プラザ
ハイハイ&よちよちレース		3月14日(土)	午前10時～正午・午後1時～3時	対歩き始める頃までの子どもと保護者 申3月7日までに電話か専用フォームで同プラザ
ようこそ! プレママ&パパ		3月20日(金)	午後1時30分～3時	対第1子を妊娠中の人とパートナー。妊婦のみの参加も可 抽10組 申3月5日までに電話か専用フォームで同プラザ

注意! 電話番号が変わりました

休日夜間急病診療所の小児科の診療受け付けは午後11時30分まで
ID 1002452
問 保健企画課 ☎ 4869－3010

午前0時～6時、子どもの体調が悪く、医療機関に連れて行くか迷うときは
あまがさき小児救急相談ダイヤル ☎ 6439－6605
看護師がアドバイスをします。相談内容により、受診が必要と判断された場合は、医療機関で診察を受けることができます

午前0時までの相談はこちらのご利用を
尼崎市小児救急医療電話相談 ☎ 6435－8606
●平日 午後9時～午前0時
●土・日曜日、祝日、年末年始 午後4時～午前0時

市外から引っ越して来た人へ

◆乳幼児健康診査
ID 1002966
問 北部地域保健課 ☎ 4950－0637
4カ月・9～10カ月・1歳6カ月・3歳6カ月児に健康診査を行っています。本市から通知が届いていない人は、北部地域保健課へ。

◆定期予防接種
ID 1001890
問 感染症対策担当 ☎ 4869－3062
予防票は市内の定期予防接種実施医療機関にありますので、直接各医療機関へ。

はると 大翔ちゃん R06年9月生
あいつ 藍子ちゃん R07年8月生

あまっこアルバム

ご家族からのメッセージとともに、元気いっぱいのおまっこたちを紹介します

あらた 新ちゃん R05年7月生
さな 沙菜ちゃん R06年2月生
はると 大翔ちゃん R06年9月生
あいつ 藍子ちゃん R07年8月生

中央	小田	大庄	立花	武庫健康ふれあい	園田
64138171	64984761	64195373	64235550	49508222	64925286

大庄北生涯学習プラザで
◆大庄子育てサロンまったり交流会 ID 1026751 2月27日(金)午前10時～11時30分、ミニイベントや交流などを。対子育て中の人か妊婦と家族 10組。
◆楽器で遊ぼう ID 1042492 3月7日(土)午前10時～正午。対1～4歳児と保護者 15組。いずれも 申2月5日から電話かEメール(氏名へふりがな、電話番号、子どもの氏名へふりがな・年(月)齢を書いて)で大庄地域課 6419・8221。
出前どろっぶず「赤ちゃん交流会」はじめて子育てする方へ ID 1038340 3月11日(水)午前10時～11時、武庫西生涯学習プラザで。