

各地区からのお知らせ

本市では、地域での学びや交流の機会を増やす中で、共に学んだことが活動や新たな学びにつながっていく地域づくりを目指しています。
このコーナーでは、市内6地区で行われている取り組みや活動の様子などを各地域課から紹介していきます。

このイベントには多くの人が参加し、「歩く距離がちよとよく、楽しく歩くことができました」「子どもたちとクイズの答えを探しながら歩くのが楽しかったです」との声が寄せられ、ウォークもクイズも楽しんでいただけたようでした。このイベントが中央北エリアをより深く知るきっかけになっていければうれしいです。参加者の皆さん、ありがとうございました！！

中央北生涯学習プラザ



中央北生涯学習プラザ
中央北生涯学習プラザ南側の外壁に設置されている「中央北生涯学習プラザ」の扉には花の絵があります。花ひらは何枚？

1 3枚
2 4枚
3 5枚

今年も中央北エリアで！ 中央ぶらぶらウォーク&クイズラリー

中央地区の秋の恒例イベントとなっている「中央ぶらぶらウォーク&クイズラリー」。昨年度は中央南エリア（国道2号線から南側）で実施しましたが、今年度は10月13日〜22日の10日間、中央北エリア（国道2号線から北側）で、尼崎信用金庫の皆さんにもご協力いただいで実施しました。

期間中に全部で10カ所あるポイントを回り、ポイント地点にまつわるクイズに8問以上正解した方の中から抽選で、「あまらむね」や農業公園の梅を使ったシロップ「あまらむね」などの「あまらむね」などのクイズを詰め合わせた豪華賞品をプレゼントしました。1等はなんと、1万円相当の尼みやげ！当選された皆さん、おめでとうございます！

中央

編み物で広がる地域の輪！

11月に橘公園で、絵本「おおきな木」の世界を編み物で再現する企画が実現しました。4月の「立花かいわい会」での相談をきっかけに、子どもたちと葉っぱを編んだり視覚障害がある方々の編み物グループに協力してもらったりする中で仲間が増え、障害のある人もない人もみんなが編み物でつながりました！

「手探りでしたが、活動の広がりにワクワクしました」と、企画メンバーのひとりもりさん。

地域のことを話し合う同会が、これからは何かが始まるきっかけになればと思います。



立花

「1・17は忘れない」災害への備え

1月17日(火)、「1・17は忘れない」地域防災訓練が行われる立花北小学校で、100人分の豚汁の炊き出しを行うのは生島西社会福祉連絡協議会の皆さんです。同会では、日ごろから地域住民同士が力を合わせて盆踊りやあじさい祭り、餅つきなどのさまざまな地域行事を運営しています。こうした活動は、防災の取り組みとは無関係にも見えますが、活動で培われたノウハウやチームワークは災害時には大きな力になります。日ごろの学びや活動から生まれるつながりは何よりの備えですね。(訓練当日の詳細は8ページ参照)。

武庫

MUKOチャリティカレンダー市を2年ぶりに開催します！

昨年度は新型コロナウイルス感染症の影響などで実施できませんでしたが、地域の皆さんから「毎年、カレンダーの販売を楽しみにしている」という声を多く頂いていました。そこで、「コミュニティルーム武庫運営委員会の皆さん主催で、1月14日(日)・15日(月)午前10時〜午後4時、武庫西生涯学習プラザで、MUKOチャリティカレンダー市を開催します。

毎回人気の同カレンダー市は、企業や団体、個人から寄贈いただいたカレンダーや手帳を、100円からのお手頃な価格で販売しています。売上金は被災地支援活動や地域コミュニティの活性化のために活用しています。主催者の濱田さんは、「毎年、カレンダー販売を楽しみにしていただいている地域の方々にお気に入りのカレンダーを見つけてほしいです。そしてこのカレンダー市が、地域のイベントなどに参加するきっかけになればと思います」と話してくれました。



前回開催の様子

この機会にぜひ、同プラザへお越しください。掘り出し物が多いかもしれませんよ。なお、会場の混雑を避けるため、当日は入場制限を行う可能性があります。

【申し込みについて】受け付け開始日の記載のないものは1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

内容	日程	会場	対象・申し込み方法など
おいしく食べよう健口教室 ID1034304	1月24日(水) 午前10時〜11時30分	中央南生涯学習プラザ	対65歳以上の人 先15人 申電話か直接中央地域課
お父さんのための講座「発達特性って？」 ID1035336	1月28日(日) 午後2時〜3時30分	中央北生涯学習プラザ	対父親 先50人 ¥500円 申電話か直接中央地域課
最適な「睡眠」を考える ID1035008	2月6日(火) 午後1時30分〜3時30分	中央南生涯学習プラザ	対小学生以上の人。小学生は保護者同伴で 先50人 申電話か直接中央地域課
ユニバーサルスポーツ「ボッチャ」を楽しもう ID1035392	2月8日(水) 午後1時30分〜3時30分	中央北生涯学習プラザ	先20人 申1月9日から電話か直接中央地域課
もしもに備える終活講座「最期まで自分らしく生きるために」 ID1032711	2月14日(水) 午後1時30分〜3時30分	中央北生涯学習プラザ	対市内在住か在勤の人 先50人 申電話か直接中央地域課

内容	日程	会場	対象・申し込み方法など
みんなで楽しく！SDGsフェア ID1035373	1月28日(日) 午前10時30分〜午後4時	小田南生涯学習プラザ	ホールでの発表や講座、ワークショップなどを。 申不要 園小田地域課

内容	日程	会場	対象・申し込み方法など
子育て応援プロジェクト ID1035323	1月17日〜3月15日 午前10時〜正午計5回	大庄北生涯学習プラザ	子育てスキルやメンタルヘルスなどをテーマに講座を。 先15人 申電話かEメールで大庄地域課

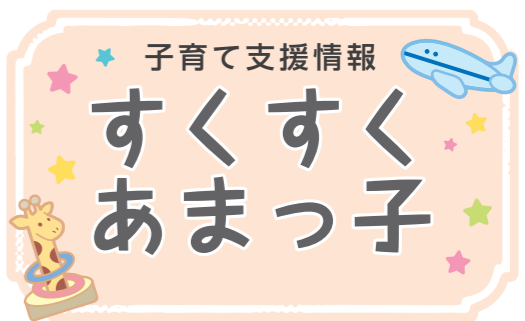
内容	日程	会場	対象・申し込み方法など
☆昔あそび	1月13日(土) 午前10時〜正午	立花北生涯学習プラザ	割り箸を使った鉄砲作りなどを。小学3年生以下の人は保護者同伴で。 先15人 ¥200円 申電話か直接同プラザ ☎6422 - 6741

内容	日程	会場	対象・申し込み方法など
mukoキャンパス みんなのホームルーム ID1023302	1月18日(水) 正午〜午後1時30分・7時〜8時30分	武庫西生涯学習プラザ	武庫地区での企画やイベントの相談会などを。 申不要 園武庫地域課

☆初めて触る！スマートフォン体験講座	1月22日(月) 午前10時〜11時30分	武庫西生涯学習プラザ	対スマートフォン操作未経験の人 先20人 申電話か直接同プラザ ☎6431 - 7899 休水曜日
☆女性のための「健康づくり栄養」講座	2月5日(月) 午前10時〜11時	武庫東生涯学習プラザ	対女性 先20人 申電話か直接同プラザ ☎6432 - 1177

内容	日程	会場	対象・申し込み方法など
そのだではなすのだ ID1032424	1月11日(水) 午後1時30分〜3時・7時〜8時30分	園田東生涯学習プラザ	地域活動についての情報交換や交流などを。 申不要 園園田地域課
おいしく食べよう健口教室 ID1009307	1月31日(水) 午前10時〜11時30分	園田西生涯学習プラザ	対市内在住の65歳以上の人 先20人 申電話か直接北部地域保健課 ☎4950 - 0637
育てよう、きずなちゃん ID1023374	2月3日(土) 午前10時〜午後3時	園田東生涯学習プラザ	ベトナムの蓮茶(はすちゃ)やお菓子を楽しみながら交流を。 申不要 園園田地域課

☆指定管理者の自主事業



2歳児親子歯科健診

対象者には通知を送付しています。2歳1カ月以上の子どもがいて市外から引越してきた人で通知を受け取っていない場合は、健康増進課へ。同健診は、3歳6カ月児健診を受けるまで受診できません。 園同課 ☎4869・3033。

中央図書館から
①としょかんコアラくらぶ 1月13日(土)・26日(金)午前10時〜午後2時30分、つどいの広場あみんぐステーションで、体重測定を。②6カ月以下の子どもと保護者。申 不要 園同課 ☎6435・8320 休 月・火曜日。

ベビースケール
1月13日(土)・26日(金)午前10時〜午後2時30分、つどいの広場あみんぐステーションで、体重測定を。②6カ月以下の子どもと保護者。申 不要 園同課 ☎6435・8320 休 月・火曜日。

2歳児親子歯科健診

対象者には通知を送付しています。2歳1カ月以上の子どもがいて市外から引越してきた人で通知を受け取っていない場合は、健康増進課へ。同健診は、3歳6カ月児健診を受けるまで受診できません。 園同課 ☎4869・3033。

女性センター「トピック」
①親子でいっしょに絵本でほっこりタイム 1月16日(火)午前10時30分〜11時30分。②6歳以下の子どもの保護者 10組 保護者1人250円。

親子教室「リトミック」
1月22日(月)午前9時40分〜10時40分・10時50分〜11時50分、武庫東生涯学習プラザで。②6カ月〜5歳児と母親 各17組 1組1000円 申 1月5日から電話か

麻しん風しん混合ワクチン

接種期限は3月31日です。で、忘れずに接種してください。なお、4月以降の接種は全額自己負担となります。 平成29(2017)年4月2日〜30(2018)年4月1日生まれの人 園同課 ☎4869・3062。

大庄子育てサロン 絵本にふれよう
1月26日(金)午前10時〜11時30分、大庄北生涯学習プラザで。②子育て中の人や妊婦と家族 10組 申 1月5日から電話かEメール(氏名、電話番号、子どもの氏名(ふりがな)年(月)年齢を書いて)で大庄地域課 ☎6419・8221。

梅プラーザにこここひろば

1月18日(木)午前10時〜11時30分、中央北生涯学習プラザで、節分にちなんだ工作などを。②2歳以下の子どもの保護者 30組 申 不要 園中央地域課 ☎6482・1760。

大庄子育てサロン 絵本にふれよう
1月26日(金)午前10時〜11時30分、大庄北生涯学習プラザで。②子育て中の人や妊婦と家族 10組 申 1月5日から電話かEメール(氏名、電話番号、子どもの氏名(ふりがな)年(月)年齢を書いて)で大庄地域課 ☎6419・8221。

絵本の読み聞かせ会

1月12日(金)・2月2日(金)午前10時30分〜11時、園田西生涯学習プラザで。②そのだ子育てカフェ ☎1002734 1月22日(月)午前10時〜正午、園田東生涯学習プラザで、離乳食など成長に必要な栄養についての講話などを。 先10組。

大庄子育てサロン 絵本にふれよう
1月26日(金)午前10時〜11時30分、大庄北生涯学習プラザで。②子育て中の人や妊婦と家族 10組 申 1月5日から電話かEメール(氏名、電話番号、子どもの氏名(ふりがな)年(月)年齢を書いて)で大庄地域課 ☎6419・8221。

①国民健康②国民年金——保険料の産前産後期間免除制度

園 国保年金課 ☎660-8501【住所不要】
☎① 6489-6423 ② 6489-6428

①国民健康保険料の免除 ID 1035395

令和6(2024)年1月から、出産(妊娠85日以上で早産など含む)した国民健康保険被保険者について、出産予定月(または出産月)の前月から4カ月分(多胎妊娠の場合は3カ月前から6カ月分)の国民健康保険料が免除されます。ただし、免除される保険料は、令和6年1月以降の所得割額と均等割額です。

②国民年金保険料の免除 ID 1015718
出産(妊娠85日以上で早産など含む)した国民年金第1号被保険者について、出産予定月(または出産月)の前月から4カ月分(多胎妊娠の場合は3カ月前から6カ月分)の国民年金保険料が免除されます。

① 絵本の読み聞かせ会 ID 1020210 1月12日(金)・2月2日(金)午前10時30分〜11時、園田西生涯学習プラザで。② そのだ子育てカフェ ID 1002734 1月22日(月)午前10時〜正午、園田東生涯学習プラザで、離乳食など成長に必要な栄養についての講話などを。 先10組。



すこやか子育て支援事業「幼稚園であそびましょう」

ID 1003156
園 各園が就学前教育課 ☎4950-5665
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。

② 就学前児と保護者 申 不要。

月	日	曜日	幼稚園	内容	月	日	曜日	幼稚園	内容
1	15	月	立花	リトミック	1	24	水	長洲	「鬼は外」つくって遊ぼう!
			竹谷	コマ名人				小園	伝承遊びで遊ぼう
	18	木	園田	ミュージカルを楽しもう	2	2	金	武庫	豆まきをしよう
			園和北	お正月遊びをしよう!				大島	鬼のお面を作って遊ぼう!
	24	水	塚口	リトミック					

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
園 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 ☎6436-9900
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 ☎6436-9988
●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

有料広告欄

※こちらには有料広告を掲載しています

有料広告欄

※こちらには有料広告を掲載しています

南北保健福祉センター・保健所から 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、健康増進課 ☎ 4869-3033

	日程	時間	会場	対象・申し込み方法など
親子で楽しむ離乳食講習会 ID1012060	1月19日(金)・2月7日(火)	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 1月9日から電話か専用フォームで北部地域保健課
	1月25日(木)	午前10時～11時30分	すこやかプラザ	対 市内在住のおおむね4～9カ月児と保護者 先18組 申 1月9日から電話か専用フォームで南部地域保健課
	1月22日(月)	午後2時～3時	すこやかプラザ	対 1歳以上の子どもと保護者 先10組 申 1月9日～19日に電話か直接南部地域保健課
1歳からのむし歯予防教室 ID1009294	1月24日(火)	午前10時～11時	北部保健福祉センター	対 1歳以上の子どもと保護者 先10組 申 1月9日から電話か直接北部地域保健課
	2月26日(月)	午後2時～3時	Zoom	対 1歳以上の子どもと保護者 先10組 申 1月5日～2月22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
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 ID1015889	1月26日(金)	午前10時～11時	北部保健福祉センター	対 市内在住の1～2歳児と保護者。保護者のみの参加も可 先10組 申 1月9日から電話か専用フォームで北部地域保健課
ふたごのための育児教室 ID1002963	2月5日(月)	午前10時～11時30分	すこやかプラザ	対 市内在住の多胎児を妊娠中の人と家族 先8組 申 1月9日から電話か専用フォームで健康増進課
子どものためのアレルギー予防教室(アトピー性皮膚炎とスキンケア) ID1015904	2月6日(火)	午後1時30分～3時	すこやかプラザ	対 市内在住の就学前児の保護者が妊婦とパートナー 先20組 申 1月9日から電話か専用フォームで北部地域保健課
0歳の歯みがきデビュー応援教室! オンライン ID1028192	2月9日(金)	午前10時～11時	Zoom	対 市内在住の0歳児の保護者 先10人 申 1月5日～2月7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

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
ツインズ親子広場	毎月第3月曜日	午前10時～正午	対 就学前の多胎児と家族か、多胎児を妊娠中の人 先各15組 申 不要
ぴよぴよタイム	毎月第3月曜日	午後1時30分～3時	対 8カ月以下の子どもと母親 先各20組 申 不要
わいわい育児トーク	1月26日(金)	午前10時～11時	「子どもが集団生活に入る前に」をテーマに。対 子育て中の人。子どもの同伴も可 先10人 申 1月6日から電話で同プラザ
ライフキッズスポーツクラブ(子どもの発達に合わせた運動遊び)	1月27日～2月24日毎週土曜日	午前10時～11時	対 平成31(2019)年4月～令和4(2022)年1月生まれの子どもと保護者 抽20組 先子ども1人500円 申 1月17日までに電話か同プラザのホームページにある専用フォームで同プラザ
パパとふれあい広場	毎月最終日曜日	午前10時～11時30分	対 就学前児と父親 先各20組 申 不要
新米ママセミナー	2月6日(火)・13日(火)・20日(火)	午後2時～3時	対 3～6カ月の第1子と母親 抽10組 申 1月18日までに電話か同プラザのホームページの専用フォームで同プラザ

市外から引っ越して来た人へ
◆乳幼児健康診査
 ID1002966 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
 ID1001890 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。

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。問 疾病対策課 ☎ 4869・3019。

講座・教室

南部地域保健課から
◆健康増進すみれ会と一緒に「椅子に座って楽しく体操」
 ID1023816 2月6日(火)午前10時～11時、小田南生涯学習プラザで。問 30
◆むむカム倶楽部と一緒に「歌って健口になろう」
 ID1023817 2月8日(木)午後1時30分～2時30分、中

乳幼児保健講演会
 2月15日(木)午後2時～4時、ハーティ21で、「離乳食が進みません」という相談にうまく対応するコツとは? 離乳食(補完食)支援の要点 支援に悩む皆さまへ」をテーマに。問 1月5日から電話か所定の用紙をファクスで尼崎市医師会

中央生涯学習プラザで。先 20人。いずれも問 1月5日から電話か直接同課 ☎ 6415・6342。
健康生活フェア
 1月20日(出)午後3時～5時、ライクスホール(塚口町1丁目)で、「認知症について」をテーマに尼崎小田高校の生徒と行う認知症予防のゲームや薬剤師による講話、握力測定などを。先 80人 問 不要 問 尼崎市薬剤師会事務局 ☎ 6434・5800。

そのほか

事務局 ☎ 6426・6333
 FAX 6428・2226。

ウェルカムパーティー ID1014575

① 1月31日(火)② 2月1日(水)午前10時～11時30分、①南部②北部―保健福祉センターで、ベビーマッサージやフォトスポットなど親子で楽しく参加できる体験型の健康イベントを。問 不要 問 ①南部地域保健課 ☎ 6415-6342②北部地域保健課 ☎ 4950-0637。



けんしん(健診・検診)を受けましょう

問 ①健康支援推進担当 ☎ 6435-8967 ②③健康支援推進担当 ☎ 4869-3033 FAX 4869-3049
 ④感染症対策担当 ☎ 4869-3062

①ヘルスアップ ID 1010102

特定健診・後期高齢者健診は市内の実施医療機関(ID 1010102)で受診できます。日時など詳細は各医療機関へ。なお、後期高齢者医療制度に加入している人は、受診券は不要です。

②出張肺がん検診(胸部) ID 1003321

胸部エックス線検診車による肺がん検診(胸部検診)を実施します【立花南生涯学習プラザ】1月21日(日)午前9時30分～11時30分 問 1月5日～15日に電話かファクス(住所、氏名、電話番号、生年月日を書いて)で健康支援推進担当【園田東生涯学習プラザ】1月31日(火)午前9時30分～11時30分 問 1月5日～26日に電話かファクス(住所、氏名、電話番号、生年月日を書いて)で同担当。

いずれも対 市内在住の40歳以上の人 先各60人 先 300円。

③がん検診など ID1009487

本市が実施する検診は表の通り。検診により受診できる場所や申込方法、自己負担額が異なります。

検診	対象
胃がん(内視鏡検査)	50歳以上の人(2年度に1回)
胃がん(エックス線検査)	
肺がん(胸部検診)	40歳以上の人(1年度に1回)
大腸がん	
乳がん	40歳以上の女性(2年度に1回)
子宮頸(けい)がん	20歳以上の女性(2年度に1回)
肝炎ウイルス	40歳以上の人(一生に1回)

④肝炎ウイルス検診 ID1003324

肝炎ウイルスは肝硬変、肝がんなどにつながる場合があります。早期に感染の有無を調べることが大切です。市内の実施医療機関などで受診できます。問 市内在住の40歳以上で未受診の人 先 600円。市民税非課税世帯と生活保護受給世帯の人は無料(事前申請が必要) 申 電話で各医療機関【無料クーポン券の有効期限は3月31日まで】対象者には昨年7月に送付しました。