

地域総合センター南武庫之荘だより

TEL&FAX 06-6438-5875

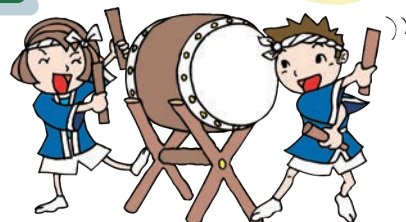
2025年5月号

青少年短期講座

センター主催 / 無料

こども太鼓教室

受講生の
募集



- 日時 / 毎週 **火曜日** 18:00～19:00
- 期間 / 6月3日(火)～8月5日(火) **全10回**
- 対象 / 小学生・中学生
- 定員 / 10人 ※定員を超えた場合は抽選になります。
- 場所 / 地域総合センター南武庫之荘 2階 集会室

受付期間: 5月12日(月)～5月26日(月)

- ・当センターの窓口でお申し込みください(電話でも受け付けます)。
- ・受講料は無料です。
- ・小さなお子様は安全のため送迎をお願いします。

今年も、6～8月の間(10回連続講座)でこども太鼓教室を行います。8月の夏まつりでのお披露目を目指して、地域の太鼓集団「鼓舞童」のメンバーが丁寧に指導してくれます。
たくさんのご応募をお待ちしています。



◆スポーツ安全保険への加入について(ご案内)

講座を受講する方の安全を考慮し、講座への参加中、また自宅からセンターまでの道中にケガをした際に、通院または入院日数によって給付される「スポーツ安全保険」のご加入をお奨めします。※保険料は受講が決定した後にお預かりします。

尼崎市

集団健診を実施します！

日時: 5月28日(水) 9:30～12:00

場所: 地域総合センター南武庫之荘 集会室

費用: 無料(23～39歳は1,000円)

※予約は、健診の前々日(土・日・祝日を除く)までです。

予約なしの場合、待ち時間が長くなる場合があります。

予約方法:



電話予約

健診予約コールセンター

0120-552-363



FAX:

0120-774-005



ネット予約

健診すずめ通信ホームページ

「健診すずめ通信」で検索

健診すずめ通信



QRコードからアクセスできます！



対象		持ち物	健診内容
① 40～74歳	(尼崎市国民健康保険加入者のみ)	① マイナ保険証または資格確認書または健康保険証 ② 受診券(受診券は40～74歳の方のみ必要です)	血液検査・尿検査・身体計測・血圧測定・医師診察・肺がん・大腸がん検診等オプション検査
② 75歳以上	(市民全員)		
③ 16～39歳※	(市民全員) ※令和8年3月31日時点の年齢		

お問い合わせ先: 尼崎市保健所 健康支援推進担当 電話: 06-6435-8967 FAX: 06-6435-8968

地域総合センター南武庫之荘

おらせ



ゴールデンウィーク期間中の開館日と休館日

4月28日(月)、4月30日(水)～5月2日(金)は開館します。

4月29日(火)と5月3日(土)～5月6日(火)は休館します。



実施済事業の報告

令和6年度 講座発表会

日時：3月22日（土） 14:00～16:30
（作品展示は16:30まで）

場所：地域総合センター南武庫之荘
2階 集会室 ロビー

舞台発表

太鼓集団 鼓舞童、民踊教室（高齢者定例講座）、ピアノ教室（青少年定例講座）、道慎館（登録団体）、新婦人めだかコーラス（登録団体）



太鼓集団 鼓舞童



道慎館



ピアノ教室



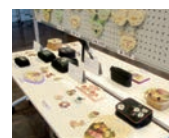
民踊教室



新婦人めだかコーラス



おりがみで楽しむ会



トールペイント教室



習字教室

本年度は5つの団体・講座の舞台発表があり、日頃の活動の成果を発表していただきました。ピアノ教室は、生徒さん一人ひとり、また講座卒業生の方も演奏し、練習の成果を発表しました。

また作品展示も、3つの講座から、多くの素晴らしい作品が展示されました。

作品展示

習字教室（青少年定例講座）、おりがみで楽しむ会（センター事業）、トールペイント教室（センター事業）

定例講座 はじまりました！

高齢者定例講座



音楽療法教室



民踊教室



ヨガ教室

高齢者事業



健康体操



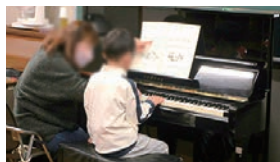
いきいき百歳体操

センター事業



みんなでフィットネス

青少年定例講座



ピアノ教室



習字教室



えいご教室



中学英語教室

5月・6月の催し物のお知らせ

こども ダーツゲーム&ビンゴ大会

日時／5月10日（土） 14:00～15:00（予定）

場所／地域総合センター南武庫之荘
北館2階 集会室

対象／小学生までのこども

※未就学児は保護者同伴をお願いします。

内容／ダーツゲーム&ビンゴゲーム

費用／無料

定員／30名（先着順）



申込方法：事前申し込み不要。直接会場までお越しください。

新学期スタート記念として、こどもたちを対象にしたダーツゲーム&ビンゴ大会を開催します。ふるってご参加ください。

自衛消防訓練 / 防火・防災教室

日時／5月19日（月） 場所／地域総合センター南武庫之荘

	時間	場所
自衛消防訓練	13:30～14:00	ピロティ
防火・防災教室	14:00～15:00	南館 広間

対象／防火・防災教室は高齢者

費用／無料

火災に際しての通報、避難誘導、消火訓練（消火器の使い方）などを行います。

防火・防災教室ではAED（自動体外式除細動器）の使用法などを学びます。



予告 高齢者 交通安全教室

日時／6月4日（水） 14:00～15:00

※詳細は次号でお知らせします。

新しい一年がはじまりました

入園式

新しく14名のお友達が入園され、遊戯室に集まって入園式を行いました



進級しました

クラスが変わり、新しいおもちゃで楽しく遊びました



おままごと遊びコーナーでお店屋さんになりきって遊んでいます



春の制作



制作の後にチューリップの歌を歌いました



糊でぺたぺた。自分だけのちょうちよが出来ました



散歩で見た桜を思い出しながら作りました

「お役立ち講座」ご案内

主催：武庫西地域包括支援センター
場所：地域総合センター南武庫之荘 南館 広間

※毎月様々なテーマで高齢者の生活に役立つ講座を開講しています。

◆第87回講座を開催しました。

実施済

日時 4月16日(水) 14:00~15:00

対象 高齢者

テーマ 高齢者ホームの選び方

講師 阪神老人ホーム紹介センター
宮下 氏



高齢者施設に関して、施設に入所するとどんな生活になるの?だれでも入れるの?どうやって探すの?どのタイミングで入所したら良い?お金ってどうする?等、具体的なお話を教えていただきました。

◆第88回講座

参加費
無料

日時 5月21日(水) 14:00~15:00

対象 高齢者

テーマ いつまでも健康に過ごすための食事

講師 社会福祉法人真澄会
管理栄養士 米光加奈 氏



血糖値の乱高下を防ぐための食事とは?
血糖値の乱高下を防いで糖の吸収を穏やかにする為の食事の工夫をお伝えします。

人権に関するコラム

出展:『尼崎市人権文化いきづまちをめざして 人権スタディガイド』(編集・発行:公益社団法人 尼崎人権啓発協会)

「障がい者の人権のこと」①

身近なところで障がいのある人もない人も当たり前のように暮らす。そのためにはなくてはならないことが「バリアフリー」です。「バリアフリー」とは、行動や人間関係をさまたげるバリア(壁)をなくしていくことです。



国内では障がい者の人権を守るための法整備がすすめられ、2011(平成23)年に「障害者虐待防止法」の成立と「障害者基本法」が改正され、2012(平成24)年には「障害者総合支援法」成立の後、2013(平成25)年6月に「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律(障害者差別解消法)」が成立し、2016(平成28)年から施行されました。

国が示している「高齢者、障害者等の円滑な移動等に配慮した建築設計標準」と同ガイドラインの充実だけでなく、解消しなければならないバリアの一つに、一人ひとりのこころのバリアがあります。障がい及び障がいのある人に対する理解と認識不足から、就労における差別や入居拒否などの問題、社会福祉施設の設置に対する地域住民との摩擦が発生するなどの問題もあります。一人ひとりが、心のバリアフリーなくしていくことが必要です。

障害者差別解消法って、どんな法律

この法律は、26の本則の条文と附則からできており、①障害を理由に差別的扱いや権利利益侵害をしてはならない。②社会的障壁をとりぞくための合理的配慮をすること。③国は差別や権利利益侵害を防止するための啓発や知識を広めるための取組みを行わなければならない、ことを定めています。

なぜこの法律が必要なの

だれもが、「差別はいけないこと」と思っていますが、残念ながら差別と思われることがたくさんあります。そして多くの場合、きちんと解決されず、結果的に障がいのない人との平等な機会などの保障(差別の禁止)のためにも「何が差別なのか」をきちんと判断できる「ものさし」として差別から守るために、この法律が必要なのです。

障害者差別解消法の対象者は

対象となる障がい者は、障害者基本法第2条第1号に規定されている人です。対象となる人は、身体障害、知的障害、精神障害(発達障害も含む)や、その他の心身の機能の障がいがあり、障がいや社会的障壁の影響を受けて、日常生活や社会生活に相当な制限を受ける人が含まれます。また、障害者手帳を持っている人だけでなく、障がいや社会のしくみ(建物や制度など)によって日常生活や社会生活に相当な制限を受けているすべての人を対象にしています。



◆ 5 月イベントカレンダー ◆

日	月	火	水	木	金	土
	㊟=センター事業 ㊦=子ども向け ㊧=高齢者向け			1 ㊧ 健康体操 いきいき百歳体操	2 ㊟みんなで フィットネス ㊧ 健康体操	3 休館日 (憲法記念日)
4 休館日 (みどりの日)	5 休館日 (こどもの日)	6 休館日 (振替休日)	7 ㊦ えいご小3・4 えいご小5・6 ㊧ 健康体操	8 ㊦ 英語 中学生 ㊧ 健康体操 いきいき百歳体操	9 ㊟みんなで フィットネス ㊧ 健康体操	10 ㊟なかよし 食堂 ㊦ こどもダーツゲーム &ビンゴ大会 ㊟ おりがみで 楽しむ会
11 休館日	12 ㊟みんなで フィットネス ㊧ 健康体操	13 ㊦ ピアノ 習字(1)(2) ㊧ 健康体操 民 踊	14 ㊟トールペイント 教室 ㊧ 健康体操 ヨ ガ	15 ㊦ ピアノ 英語 中学生 ㊧ 健康体操 いきいき百歳体操	16 ㊟みんなで フィットネス ㊦ ピアノ ㊧ 健康体操	17 休館日
18 休館日	19 ㊟自衛消防訓練 ㊧ 健康体操 防火・防災教室	20 ㊦ ピアノ 習字(1)(2) ㊧ 健康体操 音楽療法	21 ㊟にじのこども 食堂 ㊦ えいご小3・4 えいご小5・6 ㊧ 健康体操 お役立ち講座	22 ㊦ ピアノ 英語 中学生 ㊧ 健康体操 いきいき百歳体操	23 ㊟みんなで フィットネス ㊦ ピアノ ㊧ 健康体操	24 ㊟なかよし 食堂 ㊟ おりがみで 楽しむ会
25 休館日	26 ㊟みんなで フィットネス ㊧ 健康体操	27 ㊦ ピアノ 習字(1)(2) ㊧ 健康体操 民 踊	28 ㊟トールペイント 教室 ㊦ えいご小3・4 えいご小5・6 ㊧ 健康体操 ヨ ガ	29 ㊦ ピアノ 英語 中学生 ㊧ 健康体操 いきいき百歳体操	30 ㊟みんなで フィットネス ㊦ ピアノ ㊧ 健康体操	31 休館日



今月のこども食堂の開店日は下記のとおりです。

にじのこども食堂(夕食) 部屋での会食

● 時間: 17:30~19:00頃
(なくなり次第終了です)

● 場所: 地域総合センター南武庫之荘

● 費用: こども 無料
高校生以上 200円

● 定員: 50名 (先着順)

主催: 尼崎医療生活協同組合・にじのこども食堂グループ
後援: 社会福祉法人虹の会、
地域総合センター南武庫之荘 (指定管理者: 公益社団法人 尼崎人権啓発協会)
お問合せ: 尼崎医療生活協同組合 組合員活動部 電話: 06-4962-4920

5月21日(水)



なかよし食堂(昼食) 持ち帰りのみ

● 時間: 11:30~12:00頃
(なくなり次第終了です)

● 場所: 地域総合センター南武庫之荘

● 費用: こども無料
高校生以上 200円

● 定員: 50名 (先着順)

主催: 地域ボランティアグループ「コミュニティルーム なかよし」
共催: 地域総合センター南武庫之荘 (指定管理者: 公益社団法人 尼崎人権啓発協会)
お問合せ: 地域総合センター南武庫之荘

5月10日(土)
24日(土)



地域総合センター南武庫之荘

指定管理者: 公益社団法人尼崎人権啓発協会

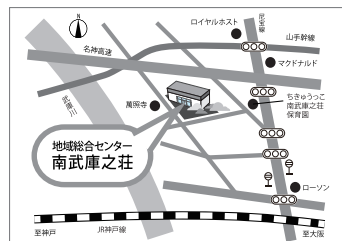
電話・FAX
06-6438-5875

〒661-0033 尼崎市南武庫之荘11-6-15

メール: info@nanbu-c.org

利用時間 平日: 午前9時~午後9時
(第2・第4土曜日は午後5時まで)

休 館 日 日曜日、祝日、第1・第3・第5土曜日
年末年始



アクセス

阪神バス

「水堂」

バス停下車、
北西へ徒歩3分

発 行 元: 尼崎市立地域総合センター南武庫之荘
指定管理者: 公益社団法人尼崎人権啓発協会

センター南武庫之荘 ホームページ <https://nanbu-c.org/>



地域総合センター南武庫之荘のホームページでは、イベント
や講座の情報をいち早くお伝えしています。パソコン、スマート
フォンなどでご覧いただけます。

センター南武庫之荘

検索