地域総合センター塚口だより　NO.48

3月号

縁

－ENISHI－

せんつか 利用団体ご紹介　尼っ子空手サークル

日本空手道
真門塾

毎回、子供たちの気合いの入った力強いかけ声が集会室に響いています。教室のモットーは、「真剣に楽しむ !!」とても活気のある空手教室です。

大人の方も（女性に限る）、未経験の方も OK!! 見学、体験随時受け付けております。お気軽にお問い合わせください。

受講生募集中 !!

歴史 Cafe －カフェ－

幅広い歴史の話で大盛り上がり。歴史好きな方、歴史にちょっぴり興味のある方、そうでない方も、気軽にお茶をしながらお話しませんか？ みんなのお話を聞くだけでも、お茶だけでもどうぞ！

日　時　3 月 14 日（木）午後1時30分から
場　所　はつらつ元気館　1階　大広間
参加費　お茶代　200円
申込み　不　要（当日、直接お越し下さい。）
※ 途中参加、途中退室 OK です

お雛様

3 月といえば、ひな祭りです。今年はセンター受付に 7 段飾りのお雛様が飾ってあります。

是非一度ご覧ください。

３月９日（土）せんつかコーラス部 開催!!

毎月第２土曜日
１３:３０～
はつらつ元気館
１階　大広間

ご要望の多かったコーラス、 音楽療法の中西先生の指導のもと、「せんつかコーラス部」として立ち上がりました。 お腹から大きな声を出して、 歌い！笑い！気分爽快！最高に楽しい時間を過ごさせて頂きました。 まだまだスタートしたばかり。 みんなで歌声の輪を広げていきましょう!! どなたでも参加できます。 お気軽にお越しください！

防災クッキング
開催されました（2019/02/09）

災害時にとても役立つ料理方法で、 お鍋とカセットコンロ、 最低限のお水、 ポリ袋を使ってカレーライスを作りました。 普段のお料理にも役立つヒントがいっぱいの『パッククッキング』を体験して、災害時にも備え万全です。

また便利な紙食器作りを習い、使った食材を3色に色分けして栄養のバランスの勉強もしました。

音楽療法

日　付	平成 31年 3 月 22日(金)
時　間	午後 1 時 30 分～午後 3 時 30 分
場　所	はつらつ元気館　大広間
参 加 費	無　　料
申 込 み	当日、直接お越しください

歩こう会 The Walking　いちご狩りと有馬富士（三田市）

今回の歩こう会は、JR新三田駅近くの農園で「いちご狩り」を楽しんだ後、有馬富士公園までウォーキングです。 福島大池と有馬富士を眺めながら、昼食です。 やや健脚向きです。

JR猪名寺駅（9:18 発）～新三田駅（9:58 着）～（徒歩10分）～新さんだ農園・いちご狩り（10:30、 30分間）～（徒歩40分）～有馬富士（昼食・散策）～自然学習センター～（徒歩40分）～JR新三田駅～猪名寺駅（午後3時過ぎ解散予定）

日　　時　　3月29日（金）午前9時　集合（雨天決行　※注意事項）
集合場所　　JR猪名寺駅　改札前
参 加 費　　無料（但し、 保険代110円実費負担）
　　いちご狩り料金 1,900 円
交 通 費　　JR猪名寺駅～新三田駅（片道580円）
持 ち 物　　弁当、 飲み物、 シート等
申し込み　　3月22日（金）までに110円（保険代）
　　といちご狩り料金を添えて事務所までお申し込みください。
　　（申し込み後の保険代は返金できません。）
募集定員　　20 名程度　※注意事項　雨天の場合は、 新さんだ農園での「いちご狩り」 のみとなり、 弁当は不要です。

「歩こう会」は、“ 尼崎市 未来 いまカラダ ポイント ” 対象事業です。
ポイントブック・台紙、 スタンプは事務所にあります。

絵本の読み聞かせ会

日　付	平成31年 3月4日(月)
時　間	午前11時00分～午後11時30分
場　所	はつらつ元気館　大広間
参 加 費	無　　料
申 込 み	当日、直接お越しください

絵本の世界で、お子様と一緒にリラックスしませんか？手遊び歌も大好きです。お友達も出来ますよ。ぜひ一度お越しください。

フラワーアレンジメント

日　付	平成 31年 3 月 28日(木)
時　間	午後 1 時 30 分～午後 3 時 30 分
場　所	はつらつ元気館　大広間
募集人数	先着 10 名
参 加 費	無　　料
材 料 費	2,500 円
申 込 み	当センターにお越しいただくか、電話でお申込みください。

ウエルネスダーツ
開催されました（2019/2/9）

今回は塚口福成園（知的障害者通所施設）のレクレーションに登場です。練習の後、2 チームに分かれて真剣勝負です！笑いと拍手が絶えず、ダーツ会場は大盛り上がりでした！

地域総合センター塚口
定例講座
平成 31 年度
「絵画教室」
受講生 若干名募集 !!

◆期　　間　平成 31 年 4 月～翌年 3 月
月曜日の午後 1 時 30 分から約 2 時間
原則として月に 2 回
◆申 込 方 法　電話又は、センター受付にてお申し込み下さい。
◆申込み期間　平成 31 年 3 月1日（金）～ 3 月 20 日（水）
◆募 集 定 員　若干名
◆受　講　料　無　料　　但し画材代が別途かかります。

※ 応募者多数の場合は、抽選とさせて頂きます。
※ 結果につきましては、3 月 25 日（月）午前 9 時からセンター1階ロビーに1週間程度、掲示します。（電話での問い合わせはご遠慮下さい。）

地域総合センター塚口
定例講座
受講生 若干名募集 !!
平成 31 年度
「いきいき体操教室」

◆期　　間　平成 31 年 4 月～翌年 3 月
水曜日の午後 1 時 30 分から約1時間半
原則として週 1 回で月に 3 回
◆申 込 方 法　センター事務所にて所定の申込書でお申し込み下さい。
◆申込締切日　平成 31 年 3 月 9 日（土）
◆募 集 定 員　若干名　　◆受講料　無　料

※ 応募者多数の場合は、抽選もしくは、月 2 回の受講にさせて頂きます。
※ 結果につきましては、3 月 15 日（金）午前 9 時からセンター1階 ロビーに1週間程度、掲示します。（電話での問い合わせはご遠慮下さい。）

地域総合センター塚口　3月　事業予定

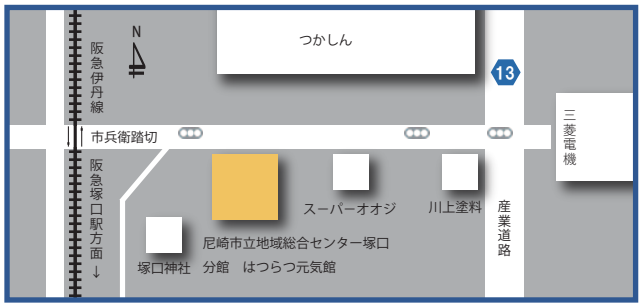
日	月	火	水	木	金	土
					1	2 休日
3 休日	4 幼：絵本の 読み聞かせ会 11：00～ 成：絵画教室 13：30～	5 成：日本語 読み書き教室 19：00～ 小学生教室説明会 16：00～ 18：00～	6 高：いきいき体操 （アンチエイジング） 13：30～ 少：えいご教室 16:00～	7	8 少：習字教室 17：00～	9 せんつか コーラス部 13：30～
10 休日	11	12 成：日本語 読み書き教室 19：00～ 少：さんすう教室 16：00～	13 高：いきいき体操 （アンチエイジング） 13：30～	14 歴史カフェ 13：30～	15 少：習字教室 17：00～	16 休日
17 休日	18 地域交流 映画会 13：30～	19 成：日本語 読み書き教室 19：00～	20 高：いきいき体操 （脳筋トレ） 13：30～ 少：えいご教室 16:00～	21 春分の日	22 高：音楽療法講座 13：30～	23
24 休日 31	25 成：絵画教室 13：30～	26 成：日本語 読み書き教室 19：00～ 少：さんすう教室 16：00～ 小：パソコン教室 10：00～	27 高：いきいき体操 （脳筋トレ） 13：30～ 小：パソコン教室 10：00～	28 フラワー アレンジメント教室 13：30～ 小：パソコン教室 10：00～	29 高：歩こう会 （いちご狩り） 9：00～	30 休日

高：高齢者　成：成人　少：こども　幼：幼児　世：世代間交流　　※予定は予告なしに変更になる場合があります。

【映画会】

今回の映画は、高度経済成長期、強くたくましく生きる家族の物語です。明日はきっといい日になる。この映画、ロケ地の一つが尼崎市のある場所でした。お楽しみに!!

日　時　3月18日（月）午後1時30分から
場　所　「はつらつ元気館」1階　大広間
参加費　無料
申し込み　不要（当日、直接お越し下さい。）



地域総合センター塚口
ホームページ

【発行】　2019年 3月 NO.48
尼崎市立地域総合センター塚口
尼崎市塚口本町2丁目28－11
【センターへアクセス】
TEL(FAX)06－6423－5266
https://sogo-center-tsukaguchi.jp/

◆阪急バス（56番、55番）塚口本町バス停下車
北側最初の信号を西へ約200m
◆阪急塚口駅北出口より北東へ徒歩10分
阪急伊丹線に沿って北へ約600m
市兵衛踏み切りを東に約150m
指定管理者　株式会社 ハウスビルシステム

A fundamental human rights center of Tsukaguchi area
地域に拡げようコミュニティ・人権の輪