

# みずどう 5月号 センターだより

2023年5月1日発行  
尼崎市立地域総合センター水堂  
尼崎市水堂町2丁目35番1号  
電話 06-6436-8681  
FAX 06-6436-8885

## 5月講演のお知らせ

### そのサプリ、薬との相性は 大丈夫ですか？

- 日時: 6月15日(木)  
午後2時～午後3時半
- 場所: 地域総合センター水堂  
本館 集会室
- 講師: 岡本 航策 さん  
株式会社ジャパンファーマシー
- 市内在住の方
- 参加費: 無料
- 定員: 50名 ※申込み先着順
- 申込み期間  
5月29日(月)～6月9日(金)

SDGs 対象

### ※認知症サポーター養成講座

- 日時: 6月29日(木)  
午後1時30分～午後3時
- 場所: 地域総合センター水堂  
本館 集会室
- 講師: 立花南地域包括センター職員
- 内容: 認知症の方への接し方などを深く  
学び、地域でのボランティア活動に活かし  
ます。
- 市内在住の方
- 参加費: 無料
- 持ち物: 筆記用具
- 定員: 50名 ※申込み先着順
- 申込み期間: 定員になるまで随時



※受講終了後、認知症サポーターの証  
としてオレンジリングをお渡しします。

SDGs 対象

## シニア向けスマホ教室の生徒募集

開催日: **6月2日(金)**

**初心者**  **オススメ**

時間: **午後1時30分～3時**

毎週金曜日(8/11・18を除く)計11回

場所: **地域総合センター水堂 本館 集会室**

講師: **深井 美智代 さん**

内容: ①スマートフォンの基本的な画面操作

②日常に役立つ使い方

対象者: **市内在住の方**

持ち物: **お持ちのスマホのみ ※スマホの貸出しはありません。**

定員: **16名(申込多数の場合は抽選になります)**

受付期間: **5月8日(月)～5月19日(金)**



## カラスの被害から身を守ろう

**毎年5月～7月ごろにかけて、カラスの子育て時期になります。**

この時期になるとカラスからの威嚇や攻撃が増えます。

カラスの威嚇行動は、そのほとんどが巣や幼鳥から人を遠ざけることが目的です。

直接的な行動はカラスにとってもリスクが高いため、様々な方法で「警告」を発しています。

- カラスは自身の存在を誇示するために大きな声で鳴く。
- 敵(対象)の頭上を鳴きながら旋回して威嚇する。
- 枝や葉を落とす。



カラスは子育ての時期になると気性が荒くなり、巣やヒナに近づくと親鳥が人を威嚇したり攻撃したりすることがありますので、十分に気をつけて下さい。

お問合せ先: 尼崎市コールセンター ☎ 06-6375-5639

## センターでのフリーWi-Fiについて

センター利用者さまに向けて、5月中に提供できるように準備中です。

詳しくはセンター窓口までお問合せください。



## なんでも相談室



**困りごと、悩みごと、心配ごと、どんな小さな事でも相談に来てください。個人情報厳守します。**

**※お話するだけで、気が楽になる事もあります。**

# ユニバーサル社会に向けて

みんなが仲良く暮らせる社会にするには、お金や制度だけではなく、みんなの【気持ち】や【考え方】も大事です。

代表的な取組みとして「バリアフリー」があります。

これは、道路や建物の段差をなくしたり、エレベーターを設置したり、車椅子で移動しやすくする取組みです。

でも、バリアフリーだけでは足りません。

点字ブロックの凹凸模様の上を歩かないようにしたり、点字ブロックの上に

自転車を止めないようにしたりすることも必要です。

これは、「心のバリアフリー」と呼ばれます。

つまり、障がいのある人の気持ちや困りごとを、自分事として考えてあげることです。



## 水堂保育所です!

地域子育て支援のお知らせ



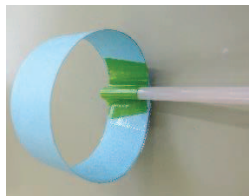
### 作って遊ぼう!



①画用紙を 25 cm×2 cm と 15 cm×2 cm に切る。



②切った画用紙を輪にして、テープで留める。



③ストロウの両端を輪の内側に貼りつける。

完成!



今回は「ふんわり飛行機」です。

<用意するもの>  
ストロー、画用紙  
セロテープ、はさみ

輪の小さい方を  
前にして飛ばして  
みてね。

園庭開放しています! 「のびのび」

毎週 火・水・木曜日 10時30分~12時 雨天中止

※ 保育所の行事等の都合により変更または中止になる場合があります。

詳しくは保育所に問い合わせください。体調不良のときはご利用をご遠慮ください。



保育所の園庭で  
遊びませんか?



問い合わせ先 水堂保育所 06-6436-8680



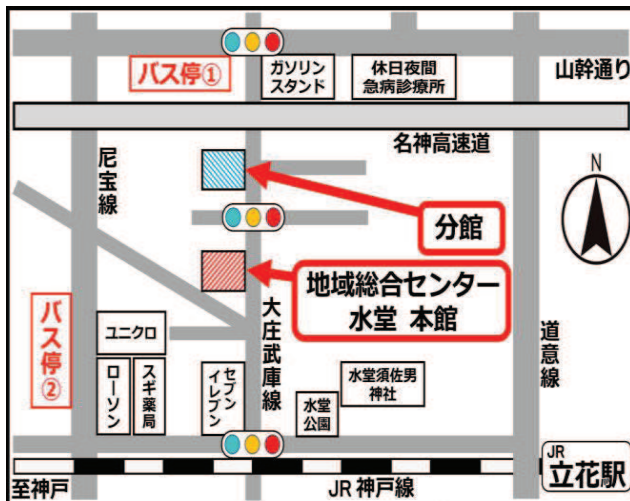


# 5月の予定



当センターの事業は、**開始2時間前**の時点で、**尼崎市に【大雨】【洪水】【暴風】などの警報が発令されている場合、中止**となります。

日	月	火	水	木	金	土
	1 分 本 ラジオ体操 午前9時～ そろばん教室 午後6時～	2 分 本 ラジオ体操 午前9時～ 水彩画教室 午後1時30分～	3 お休み 憲法記念日	4 お休み みどりの日	5 お休み こどもの日	6 お休み
7 お休み	8 分 本 本 ラジオ体操 午前9時～ 手話教室 午後1時30分～ そろばん教室 午後6時～	9 分 分 本 分 本 ラジオ体操 午前9時～ ヨガ教室 午前11時～ 午後1時30分～ キッズ英会話 午後5時～ 子ども学習教室 午後6時～ 書道教室 午後6時30分～	10 分 分 ラジオ体操 午前9時～ パソコン教室 午後1時30分～	11 分 本 ラジオ体操 午前9時～ そろばん教室 午後6時～	12 分 分 ラジオ体操 午前9時～ 体づくり体操 午前11時～	13 分 うたおう会 午前11時～
14 お休み	15 分 本 本 ラジオ体操 午前9時～ 手話教室 午後1時30分～ そろばん教室 午後6時～	16 分 本 本 分 本 ラジオ体操 午前9時～ 水彩画教室 午後1時30分～ キッズ英会話 午後5時～ 子ども学習教室 午後6時～	17 分 分 ラジオ体操 午前9時～ パソコン教室 午後1時30分～	18 分 本 ラジオ体操 午前9時～ そろばん教室 午後6時～	19 分 分 分 ラジオ体操 午前9時～ 体づくり体操 午前11時～ 健康教室 午後2時～	20 お休み
21 お休み	22 分 本 本 ラジオ体操 午前9時～ 手話教室 午後1時30分～ そろばん教室 午後6時～	23 分 分 本 分 本 ラジオ体操 午前9時～ ヨガ教室 午前11時～ 午後1時30分～ キッズ英会話 午後5時～ 子ども学習教室 午後6時～ 書道教室 午後6時30分～	24 分 分 ラジオ体操 午前9時～ パソコン教室 午後1時30分～	25 分 本 ラジオ体操 午前9時～ そろばん教室 午後6時～	26 分 分 ラジオ体操 午前9時～ 体づくり体操 午前11時～	27 分 うたおう会 午前11時～
28 お休み	29 分 本 本 ラジオ体操 午前9時～ 手話教室 午後1時30分～ そろばん教室 午後6時～	30 分 本 分 本 ラジオ体操 午前9時～ キッズ英会話 午後5時～ 子ども学習教室 午後6時～	31 分 分 ラジオ体操 午前9時～ パソコン教室 午後1時30分～	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>保育所園庭開放「のびのび」   毎週 火・水・木曜日            午前10:30～12:00            雨天中止</p> <p>体調不良のときはご利用をご遠慮ください。</p> </div>		



**ホームページ**  
<https://mizudou.jp>

**Twitter**  
 @center\_mizudou

**LINE**  
 @179zuwqk

**Instagram**  
 centermizudou

**本**: 本館  
**分**: 分館  
**保**: 保育所

**AED**  
 センター本館・分館  
 受付に設置しています