



宝塚市末成小学校地域まちづくり協議会

コミュニティ

すえなり

広報

第142号
令和6年8月18日発行
広報部

ブログ検索:

[宝塚市末成小学校地域まちづくり協議会](https://www.biglobe.ne.jp/~bma/)

Email vr8az2@bma.biglobe.ne.jp

地域(まち)の将来像

笑顔いっぱい

活気あふれる

美しいまち

コミュニティすえなりは、9月25日(水)に宝塚リハビリテーション病院の中谷知生先生をお招きし、「参加するだけで健康になる落語会」を開催します。

最新の研究を通して、「住んでいるだけで健康になる街(とそうでない街)」には明確な特徴があることが分かりました。住んでいるだけで健康になるというようなことが本当にあるのでしょうか?それが本当だとしたらそれはどのような街なのでしょう?介護予防に関する話を分かりやすく解説した後、落語を聴いていただき思いっきり笑っていただこうと思います。多くの方のご来場をお待ちしております。お問合せ:前田美知子(☎71-9646)

大西登司恵(☎71-5644) 加藤富三(☎71-4768)

医療福祉セミナー

日時 令和6年9月25日(水)
13時30分~

会場 末成小学校 南館1階
多目的ホール

内容 講演「参加するだけで健康になる落語会」
講師 医療法人尚和会 宝塚リハビリテーション病院
療法部 研究開発部門長 認定理学療法士

中谷 知生 先生

(セラピスト落語家 八軒家 良法師 さん)

この事業には、宝塚市社会福祉協議会の会費が使われています。

HoL+(ホルプラ)×コミュニティすえなり主催

世代をつなぐ

スマホ講座

対象 末成小学校区及びその周辺にお住まいの方

日時 10/26(土) 10:00-12:00 (予約必須)
13:30-16:00 (予約不要)

11/9(土) 10:00-12:00 (予約必須)
13:30-16:00 (予約不要)

場所 末成小学校 南館1階 多目的ホール
(宝塚市末成町1-1)

スマホは、今や、災害時の連絡手段や行政との連携が進む「LINE」のようなアプリなど生活で欠かせないインフラとなっています。しかし、うまく使いこなせず困っている方が多いのが実情です。

HoL+(ホルプラ)は、世代をつなぐスマホ講座を10月26日(土)と11月9日(土)に末成小学校で開きます。内容は両日も同じです。午前は基本操作(スマホの基本設定やLINEなど)を知りたい方が対象になりますので、事前予約が必要です(定員:両日とも先着12名)。午後は気軽に相談したい方が対象で、事前予約は不要です。参加費は無料で誰でも自由に参加してください。

講座では、受講者の方から分からないところに関西学院の学生が「1対1」でサポートしてまいります。

申込等のお問合せ先

HoL+メンバー 神野 080-9831-4764

メール suenari.sumahokoza2024@gmail.com

コミュニティすえなり 加藤 090-1672-1068

末成小学校 PTA とコミュニティすえなりは、第23回ふれあいまつり「コミュニティフェスティバル」を11月24日(日)9:30~13:00に開催します。

運動場での模擬店・フリーマーケットなどの出店をされる方を募集します。今年は食べ物・飲み物の販売も可能です。出店をご希望の方は、連絡先までご連絡ください。出店申込書をお渡しします。申込書は、必要事項をご記入のうえ、9月5日(木)までにご提出ください。

連絡先: コミュニティすえなり 総務部

- 北川 080-3110-1881
- 村山 0797-72-0198
- 加藤 090-1672-1068

第23回ふれあいまつり コミュニティフェスティバル



模擬店・フリーマーケット
出店者募集



※運動場での飲食物の販売は可能です

日時: 令和6年11月24日(日) 9:30~13:00

場所: 末成小学校 体育館・運動場

※荒天中止・小雨決行の予定※

最終判断は当日の朝に行います

乗合交通 **宝塚市立病院などへ** **ご利用無料**

新たな移動手段の実証実験

おでかけサポート あくら

運行期間 **2024 10/1(火) ▶ 11/29(金)** **平日限定**

地域の集まりへ 病院へ 買い物へ 散髪へ

ご利用方法	<ol style="list-style-type: none"> ①下記予約受付電話番号へおかけのうえ「おでかけサポート あくら利用」とお伝えください。 ②ご予約時に対象者の確認をさせていただきます。 ③裏面の乗降場所マップを参考に乗車場所と降車場所の番号と予約時間をお伝えください。 ④初回申込時に、お名前・住所・年齢・携帯電話番号をお伺いします。(2回目以降はお名前のみ) ⑤予約時間までに乗降場所にてお待ちください。 		
事前予約制			
対象者	①70歳以上の方(免許証等身分証明書をご持参ください) ②障害のある方(障害者手帳をご持参ください) ③妊婦の方(母子手帳をご持参ください) ※乗車前に確認させていただきます。		
運行時間	8:30(乗車時刻)~16:15(降車時刻) 平日限定		
予約受付時間	9:00~17:00 <table border="1"> <tr> <td>8:30~10:00のご乗車 → 前日予約(月曜日の予約は金曜日)</td> </tr> <tr> <td>10:00~16:15のご乗車 → 1時間前までに予約</td> </tr> </table> ※ご乗車日の5日前から予約可。 ※予約状況によってはお断りさせていただく場合があります。	8:30~10:00のご乗車 → 前日予約 (月曜日の予約は金曜日)	10:00~16:15のご乗車 → 1時間前までに予約
8:30~10:00のご乗車 → 前日予約 (月曜日の予約は金曜日)			
10:00~16:15のご乗車 → 1時間前までに予約			
予約受付電話番号	☎0797-74-6700 はんしんいききサービス 宝塚店 ※9:00~17:00(土日祝除く)		
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・使用する車両は、3~4人乗りの普通自動車及び軽自動車を予定しています。 ・予約に応じて数名で乗り合うため、目的地まで巡回して運行することがあります。 ・予約状況や交通事情によっては、配車の遅れや乗車をお断りさせていただく可能性がございます。 ・チャイルドシートの設置はないため、乳幼児を連れてのご利用はできません。 ・車いすに乗ったままのご利用はできません。 		

宝塚市役所からのお知らせ

病院やスーパーに行きたいけど交通手段がない・・・ そんな皆様に地域各所への移動手段を確保し、利便性を高めるための実証実験運行を10月1日から11月29日までの平日に実施します。

地域説明会を9月17日(火)13:30~16:30に高司会館で開きます。

予約に応じてみんなで乗りあって、宝塚市立病院や福祉施設、お買い物先へ移動します。(小林5丁目公園・高中前バス停・高司4丁目バス停 ⇄ 市立病院・安倉地区) 安倉地区の詳細な乗降場所は右の二次元コードで確認してください。

ご利用状況により今後の運行を検討しますので、皆様の生活の一部としてぜひご利用ください。運行事業者は(株)ウェルビーイング阪急阪神。車に貼られた「**はんしんいききサービス**」のステッカーが目印です。




9月28日(土)9時~15時に第1地区の自治会連合会、民生児童委員、勤労世代、まちづくり協議会など関係者により「家族みんなで楽しめる地域イベント」が開催されます。

第1部(9:00~10:30)では、末成小学校内の公園などで各自治会の活動などを親子で学びます。参加者にはシールが渡されます。シールを4枚集めると、くらんど人権文化センターで参加賞がもらえます。

第2部では、飲食ブースで飲食を楽しめます。第1部の参加申込は右の二次元コードから。



家族みんなで楽しめる地域イベント

にこりたす1DAY

仁川 光明 鹿元 高司 末成

2024・9・28(土)

2024年末成小学校区人権市民集会

参加費 **無料**

これから続ける

今からはじめる

絵本で始める

包摂的性教育

ほうかつき せいきょういく

10/25(金)

時間 10:00~12:00
会場 末成小学校コミュニティルーム多目的室

末成小学校区人権啓発推進委員会は、10月25日(金)10:00から末成小学校南館1階の多目的ホールで市民集会を開催します。

内容は「絵本で始める包摂的性教育」講師は、NPO法人「絵本で子育て」センター所属の羽石恵子(はねいしのりこ)さん。

包摂的性教育は、性に関する知識だけでなく、ジェンダー平等や性の多様性、自己決定能力などを含む人権尊重を基本とした教育です。これは、精神的、心理的、社会的、経済的、文化的、政治的なあらゆる側面から性を捉えることを目指しています。

多くの方の参加をお待ちしています。



体 操 教 室

6月23日(日)10時からチアフルスポーツクラブの椎崎健(しいざきたけし)先生を迎えて第3回目となる『体操教室』を開催させて頂きました。

当日の天気は警報級の大雨と予想されていましたが、なんとか午前中は小雨程度で無事に終えることができました。あいにくの雨の中、児童36人、未就学児10人、保護者23人計79人が集まってきてくれました。

今年も指を使った手遊びから始まり、「船長さんの命令です」ゲーム、じゃんけんゲームでみんなの緊張をほぐしてもらい、チームになって体を起こすゲームなど色々なお友達が係わってチャレンジしている姿に胸を打たれました。途中休憩を2回はさんで、保護者の方にもたくさん加わって頂き、チームで前の人の肩に手を置き長い列になって、前・後ろ・右・左にピョンピョン飛び跳ねました。口で言っているのと反対に飛ぶなどととも頭を使うゲームで、間違ってしまうと残念がる様子が微笑えましかったです。最後は運動会などでよく見る棒引きを短い綱を使って行いました。先生と色々な作戦を練ってやっと勝てたチームは大喜びでした。

蒸し風呂のような体育館でしたが、あっという間の2時間で子供たちからも「楽しかった!」の声が聞けて、今年度最初のイベントを無事に終えることができうれしく思いました。(青少年部 杉田・前川)



夏 休 み 宿 題 広 場

7月22日(月)、23日(火)に夏休み宿題広場を開催しました。今年は記録的な猛暑で開催が危ぶまれましたが、たくさんの方のご協力が無事に開催にこぎつけました。

今年はみんなが楽しみにしている「お楽しみ会」が都合によりできなかったのですが、両日ともに110人ほどの児童が参加してくれました。夏休みとあって学校校舎側の部屋が使えませんでしたので、コミュニティルームの4部屋を使って学年ごとに部屋割りをして、みんな集中して勉強を頑張りました。今年は中学生のお兄さん・お姉さんに加えて、

関西学院大学のHoL+ (ホルプラ)のメンバーも参加してくれ、大学生のお兄さん・お姉さんとも交流ができ、子供たちもとても嬉しそうでした。地域の皆様、小学生、中学生、大学生とPTA世代の繋がりを持って、本当に素晴らしい機会となりました。暑い中出てきて下校のサポートしてくださった、保護者の皆様、PTA役員の皆様のご協力に心から感謝申し上げます。(青少年部 杉田・前川)

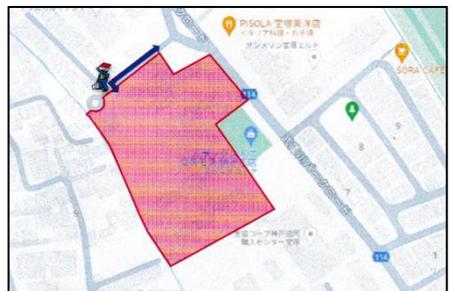


NTT宝塚寮(宝塚市伊子志4丁目7-15)の建物解体工事のお知らせ(住友商事株式会社・三貴株式会社)

既に近隣自治会には案内があったかと思いますが、(株)L.B.C 総合事務所から、NTT宝塚寮(RC造6階4棟・RC造2階4棟延べ10,964㎡)の建物解体工事(右図)の案内がありました。工事期間は2024年9月2日から2025年4月15日(予定)。作業時間は、平日の8:00~17:00。

【お問合せ先】解体工事(工事体制、騒音・振動・防塵対策、工事車両関係): 三貴株式会社 担当 内田さん(090-2708-5551)

事業全般:(株)L.B.C 総合事務所 担当 坂野さん(080-2505-2975)。



安心と信頼、家族葬なら宝塚飛翔殿

宝塚市末成小学校地域の皆様へ お気軽にお問合せ下さい

提携
割引

葬儀
基本料金

20~30% 割引



FUNERAL NETWORK

株式会社 セレナス

年中無休・24時間受付

セレナス

メモリアルホール

宝塚 飛翔殿

宝塚市小林5丁目9番82号

0120-51-0042

いつでもOK!
見学





『熱中症予防のおはなし』

薬剤師 奥田 徳子

近年は毎年「今年は暑い」と言われていますが、今年の暑さは格別の様ですね。そこで今回は熱中症予防のおはなし。

熱中症の初期症状には、めまい・立ちくらみ・手足の痺れ・こむら返り・気分不良・頭痛・吐き気・倦怠感などが挙げられます。重症化すると、意識の混濁や消失・体が熱い・痙攣などの症状に



進行します。それらへの対処法としては、涼しい場所に運ぶ・体を冷やす・水分補給をする等が必要です。しかし、そうなる前に予防したいものですよね。それにはまずこまめな水分補給です。

そこで自家製熱中症予防ドリンクの作り方。水または麦茶1リットルに対し、砂糖大さじ4.5杯と塩小さじ0.5杯を入れ、香り付けにレモンを少々。糖分を控えたい方は砂糖の量を調整したり甘味料を使用したりしても構いません。レモンはお好みで分量調整して大丈夫です。生レモン果汁を絞ってもよし、唐揚げ等に使った皮を剥いて入れてもよし、百貨などで販売されているボトル入り製品を使ってもよし。大量に汗をかいた時にはスポーツ飲料や経口補水液がおススメですが、日常の飲料としては上記の自家製ドリンクで充分です。

暑さの感じ方について、ベビーカーや車椅子など徒歩の成人より低い位置にいる場合、徒歩の成人よりかなり脱水になりやすいです。ベビーカーに乗る乳幼児は「暑い」と言えなかったり、車椅子を使用する高齢者は暑さを自覚しにくかったりするので、周囲の方々の注意が必要になります。居室内では適切にエアコンを使用する事なども重要です。しかしながら、1日中おうちにこもっている訳にもいきません。通勤通学通所買い物等のための移動は日々必要だし、筋肉維持のためにも日々のお散歩やペットのお散歩などの運動も必要です。

つどいの場～フレンド～

- 9月11日(水) なんでもトーク
- 9月25日(水) 医療福祉セミナー
- 10月14日(水) なんでもトーク
- 10月28日(水) スポーツゲーム(輪投げ)・体操



13時30分～15時 末成小学校 多目的ホール
参加費無料

お問合せ先：コミュニティすえなり福祉部
前田 美知子 71-9646 大西 登司恵 74-3994

数年前には「朝や夕方の涼しい時間に」などと推奨されていましたが、昨今は朝7時でも夜8時でも30度を超える日が多々ありますので、首元などへの保冷剤活用もおススメです。

最近の調査では、小学生以下の子どもが「水が飲めない」と報告されていました。理由としては「味がしないので苦手」「生まれて以来、水道水を飲んだ事がない」が多かった様です。日本の水道事業は非常に優秀で、安全で清潔な水道水が供給されています。ものの好き嫌いは人それぞれですが、命に関わる場面でも体が水を受け付けけないというのは危険ではないかと思えます。保護者の皆様、時々子ども達に水道水も飲ませてあげて下さいませ。

イベントのお知らせ

【寺子屋すえなり】 9月9日・30日 10月7日・28日 月曜日14:30～16:30
【福祉部】 地域福祉ネットワーク会議 9月13日(金) 10:00～ 医療福祉セミナー 9月25日(水) 13:30～
【環境部】御所川清掃(光明コミュニティと) 9月21日(土) 8:00～
【生活安全部】地域安全パトロール 9月13日(金)・10月11日(金) 16:30～
【ルーム運営部】ルーム利用受付 9月27日(金)・10月23日(金) 15:30～16:30
【常任評議委員会】 9月22日(日) 9:30～
【未成ジュニアウィングス】 10月12日(土) 「響け! みんなの音 Vol.8」コンサート

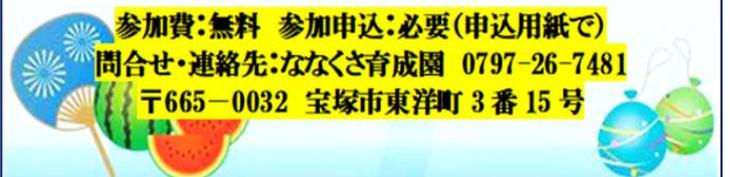
地域のこどものつながりの場

みんなの食堂 ななカフェ



みんなの食堂 ななカフェが「ななくさ育成園」で開催されます
8月・9月・10月の開催日時は

8月25日(日)・9月29日(日)・10月27日(日)
12:45～15:30



参加費：無料 参加申込：必要(申込用紙で)
問合せ・連絡先：ななくさ育成園 0797-26-7481
〒665-0032 宝塚市東洋町3番15号