

Sanda City Newsletter English Edition

さんだしやくしよからのおしらせ January 1月

さんだし きょうどう さんだし えきまえちやう
三田市まちづくり協働センター〒669-1528 三田市駅前町2-1 Sanda City Public Community Center 2-1 Ekimaecho Sanda City 669-1528
キッピーモール 6階 Kippy Mall 6F tel:079-559-5023 / fax:079-563-8001 / E-mail: machizukuri_u@city.sanda.lg.jp

世界あれこれミニトーク～モロッコの学校へ行ってきました～

青年海外協力隊地域開発プログラムでモロッコへ行った、小学校の先生・横山真澄さんのお話です。モロッコってどんな国？モロッコの小学校ではどんな教育をしているの？ さあ！モロッコ旅行へ出発！

1月11日～23日は写真展も行います。

■1月20日（日）10時30分～12時 ■場所：まちづくり

協働センター ■入場無料 ■申込：先着30名

【申込・問合せ】国際交流プラザ ☎079-559-5164

FAX 079-559-5173 Mail: kokusai-plaza@kippy-de.net

英語・中国語による絵本の読み聞かせ「とんとんひろば」

日本人、外国人どなたでも参加できます。参加費無料。先着親子15組 ■日時：1月8日（火）11時～11時30分

■場所：まちづくり協働センター 幼児室

【申込・問合せ】国際交流プラザ ☎079-559-5164

FAX 079-559-5173 Mail: kokusai-plaza@kippy-de.net

韓国語で作る家庭料理

韓国語を使って、韓国の家庭料理を作ります。

■日時：1月15日（火）10:30～13:30

■場所：まちづくり協働センター

■定員：15人（先着順）

■参加費：1,500円 ■講師：崔慶淑（チェ・ケイスク）

さん ■受付開始：1月4日（金）～

【申込・問合せ】三田市国際交流協会

☎079-559-5164（電話のみ受付）10～17時 木曜休



人形劇がやってくる

■日時：1月19日（土）11時～12時

■場所：三田市立図書館本館

出演：おはなし集団「だっこ座」

■定員：先着100人

■申込：不要（直接ご来場ください）

【申込・問合せ】三田市立図書館本館

☎079-562-7300 FAX 079-562-7301



Mini Talk this and that in the world / School life in Morocco

A report of an elementary school teacher, Ms. Masumi Yokoyama who went to Morocco as a member of Japan Overseas Cooperation Volunteers' Regional Development Program. What do you know about Morocco? What and how are the students studying in an elementary school in Morocco? Join our Morocco tour in Sanda! We are also having "Photo Exhibition" from Jan. 11th to 23rd. ■Date: Jan 20th (Sun), 10:30～12:00

■Place: Sanda Public Community Center

■Admission: free ■Application: the first 30 applicants

【Contact】International Plaza ☎079-559-5164

FAX 079-559-5173 Mail: kokusai-plaza@kippy-de.net

Story time in Chinese and English "Ton Ton Hiroba"

Everyone is welcome. Free of charge for the first 15 families. ■Date: January 8th Tuesday, 11:00～11:30

■Place: Sanda Public Community Center, Play Room

【Contact】International Plaza ☎079-559-5164

FAX 079-559-5173 Mail: kokusai-plaza@kippy-de.net

Korean home cooking class in Korean language

Please join our Korean home cooking class taught in Korean language. Date: Jan 15th (Tue) 10:30～13:30

■Place: Sanda Public Community Center

■Capacity: the first 15 applicants ■Fee: ¥1,500-

■Instructor: Miss Che Keisku ■Application: Starting from Jan 4th (Fri)

【Contact】Sanda International Association

☎079-559-5164 (only by phone) 10:00～17:00

Closed on Thursday

Puppet Show is coming

■Date: Jan 19th (Sat) 11:00～12:00 ■Place: Main building of Sanda City Library

■Performers: Ohanashi Group 「Dakko za」

■Capacity: the first 100 attendants: No application required (Come to the venue directly.)

【Contact】Main building of Sanda City Library

☎079-562-7300 FAX 079-562-7301

就労支援講座 ～エクセル 2010初級講座～

再就職に必須なスキルであるパソコン。中でも「エクセル」はどんな会社や業種でも使われており、起業を考える人にも必須のスキルです。エクセルの基礎を学びながら、自分の働く「時間」を見直し、管理術を身につけ、就職・起業・スキルアップへの第一歩を踏み出しましょう。

1月31日(木) 10:00～12:30	エクセル初級1回目 「基本操作と表作成」	<講師> 中野リサ 女性アシスタント:2名
2月5日(火) 10:00～12:30	自分の働く時間を管理しよう～時間割作り～	
2月7日(木) 10:00～13:00	エクセル初級2回目 「自分の時間割を表にしよう・管理しよう」	
2月14日(木) 10:00～13:00	エクセル初級3回目 「関数とグラフ作成」	

■対象：就労や起業のためのスキルアップとしてパソコン活用を検討されている、60歳くらいまでの人で、パソコンの基本操作ができ、4回とも参加できる人

■受講料：無料 ■定員：10名 ■申込方法：下記までお問い合わせください。(応募者が多い場合は抽選)

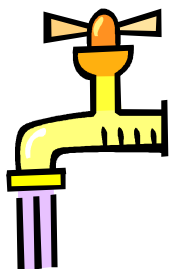
■締切：1月20日(日)
【申込・問合せ】人権・男女共同参画プラザ
三田市駅前町2-1 ☎ 079-559-5163
FAX 079-563-8001

水道管の凍結にご注意を！

★凍結を防ぐ方法

① 湯わかし器、給湯器の場合は寝る前に水を抜き、冷え込みそうな夜には浴そうなどに少しずつ水を出しておきましょう。

② むき出しの水道管などの場合は、保温材を巻き防水テープを巻き上げましょう。また、タオルや布を水道管に巻きつけるのも効果的です。



★凍結してしまったら。

① 自然に溶けるのを待ちましょう。
② どうしても早く溶かしたい時は、凍結した部分にタオルなどをかけ、その上からゆっくりとぬるま湯をかけましょう。なお、直接、熱湯をかけると水道管が破裂することがあるので注意してください。

【問合せ】上水道課 ☎079-559-5159 FAX 079-562-0810

Job assistance course ～ Beginner's course for Excel 2010 ～

Operating PC is one of the necessary skills for re-employment. Especially, 「Excel」 is widely used in various kinds of business and companies, and it is an essential skill also for those who are planning to start your own business. Please take the first step for your job search activities, entrepreneurship and higher skill by reviewing your working hours and acquiring the management skills while studying the basic of 「Excel」 software in this course.

Jan 31 st (Thu) 10:00~12:30	1 st session/Excel for beginners [Basic operation and table creation]	<Instructor> Ms. Risa Nakano 2 female assistants
Feb 5 th (Tue) 10:00~12:30	Management of working hour ～Scheduling～	
Feb 7 th (Thu) 10:00~13:00	2 nd session/Excel for beginners [Making timetable from your scheduling and managing]	
Feb 14 th (Thu) 10:00~13:00	3 rd session/Excel for beginners [Function and graph creation]	

■Target persons : Those of the age of about 60 or younger who are planning to make use of PC as a way of an upgraded skill for employment or entrepreneurship, are able to do the basic PC operation and able to participate in all of the 4 times sessions. ■Tuition: free ■Capacity: 10 persons ■Application : Please contact the section described below (Drawing in case of excessive number of applicants) ■Deadline : Jan 20th(Sun), 2013
【Application・Contact】 Human Rights & Gender Equality Promotion Plaza, 2-1 Ekimae-cho Sanda City
☎ 079-559-5163 FAX 079-563-8001

Attention to water pipe freezing !

★Countermeasures for water pipe freezing

① Drain water from a water heater or a hot-water supply system before you go to bed, and keep dripping water into the bathtub or others when severely cold temperature is expected.

② Cover the bare water pipe or others with heat insulation materials and wind them with a waterproof tape. And it's also effective to use towels or cloths to cover the pipe.

★Countermeasures for frozen water pipes.

① Wait for natural thawing of the frozen water..
② If you have to thaw it quickly by all means, put towels or something like that on the frozen part of the pipe and pour lukewarm water slowly on it. Please be careful not to pour hot water directly on the frozen part of a bare pipe. It could cause rupture of the water pipe.

【Contact】 Water Supply Division ☎079-559-5159 FAX 079-562-0810

グループ相談会「コラージュで自己表現」

コラージュは雑誌やパンフレットを切り抜き、台紙に糊で貼りつけます。言葉にできないあなたの気持ちをコラージュづくりをとおして表現

してみませんか。

■日時：2月1日(金) 8日(金)

15日(金) 22日(金) 10:30~12:30

■対象：女性 ■定員10名

(先着順)

■受講料：無料

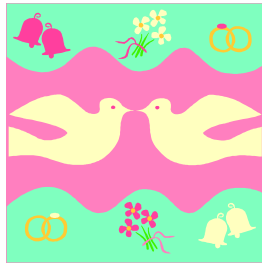
■場所：まちづくり協働センター

■申込：TEL・FAX・ハガキで下記まで。一時保育あり(定員10名先着順。受付1月25日まで。)

【申込・問合せ】〒669-1528 三田市駅前町2-1

まちづくり協働センター 男女共同参画担当

☎ 079-563-8000 FAX 079-563-8001



歯科口腔健診を受けましょう

歯の健康は、からだ全体の健康と深く関わっています。平成24年4月1日より、今まで受診できなかった20歳・25歳の人にも受診できるようになりました。この機会に歯の健康をチェックしましょう。

＜三田市歯科口腔健診＞

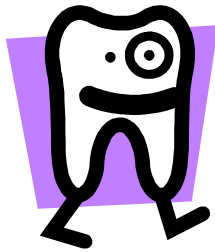
三田市歯科医師会会員の医院で、妊婦と下記の年齢の人を対象に実施しています。

■健診内容：問診、歯・歯の周りの組織・顎の関節などのチェック、健診結果に基づく歯科相談

■対象者：①【妊婦】母子健康手帳を健康増進課の窓口まで持って来てください。「三田市妊婦歯科口腔健診受診券」をお渡します。②【次の年齢の人】◆<A> 30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳になる人 → 市よりお誕生日月の前月に「受診の案内ハガキ」を送ります。◆ 20歳・25歳になる人 → 健診を受けるには、「受診の案内ハガキ」が必要です。受診を希望する人は「受診の案内ハガキ」を送りますので、電話かFAXで下記まで。■受診料：500円(生活保護世帯又は市民税非課税世帯の人は健康増進課へ前もって申請すれば無料)

【問合せ】三田市健康増進課健康推進係

<健診専用ダイヤル> ☎ 079-559-8400 (9:00~12:00、12:45~17:30) FAX 079-559-5705



Group Consultation Meeting "Express Yourself, with the Art of Collage"

A collage is made by gluing clipped magazine pictures or brochures to a base sheet. Express through a collage your thought or mind that cannot be expressed in words.

■Date and time : Feb. 1st (Fri), 8th (Fri), 15th (Fri), 22nd (Fri), 10:30~12:30

■Target Persons: Women

■Capacity: 10 persons (first come / first served)

■Fee: Free ■Place: Sanda Public Community Center

■Application: Apply to the following by postcard, telephone, or FAX. Temporary childcare service is available. (The first 10 children. Please apply by January 25th (Fri).)

【Application】Gender Equality Promotion at Sanda Public Community Center 2-1 Ekimae-cho, Sanda City 669-1528 TEL 079-563-8000 FAX 079-563-8001

Dental and oral examinations are recommended!

It is very important to keep your teeth healthy for the total body health. Those who are 20 and 25 years old have been added newly to the target persons of this examination from April 1st 2012. Take this opportunity to have a dental checkup.

＜Sanda City Dental and Oral Examination＞

The examination has been carried out for the pregnant women and persons of following ages at clinics of members of Sanda Dental Association

■Examination consists of: A medical questionnaire, checkup of teeth, gums, joints of jaws and consultation on dentistry if the result of the examination requires.

■Target persons: ①【Pregnant women】Please show the maternity health record book to the receptionist of Health Promotion Division. And the ticket for Sanda City dental and oral examinations for pregnant women will be issued. ②【Those who are of the following ages】

◆<A> People aged 30, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, and 70. → A postcard with the examination information will be sent by Sanda City in the previous month of the birthday. ◆ People aged 20 and 25. → A postcard with the examination information is necessary for having the medical checkup. If you wish to have the checkup, please contact the following by telephone or fax.

A postcard with examination information will be sent.

■Fee: ¥500 (Families on welfare or residential tax-exemption are free if an application filed to Health Promotion Division beforehand).

【Contact】Health Promotion Division

<Private phone of physical examination>

☎ 079-559-8400 (9:00~12:00, 12:45~17:30)

FAX 079-559-5705

＜多世代交流館イベント＞

【すくすく子育て相談】

保育園園長のお話 ～「集団生活に入

るまでに知っておきたいQ&A」～

■日時:1月11日(金)10時30分～11時30分

■申込:当日10時より先着15人に

整理券を配ります。★通訳が必要な人

は、三田市国際交流協会

(☎079-559-5164)までお問い合わせください。

【みんなであそぼ!】

みんなでおはなしやリズム遊びをして、楽しく遊びましょう!

■日時:1月13日(日)11時10分～11時30分

【問合せ】多世代交流館 子育て交流ひろば

☎ 079-562-8421 FAX 079-562-8422

＜駅前子育て交流ひろばイベント＞

【パパの子育てサポート】

パパの子育てについて、みんなで語りましょ

う。■日時:1月20日(日)11時～12時

■参加費:無料 ■対象:小学校入学前

の子どもと保護者 ■定員:10組

■申込:1月15日までに下記まで

【プレパパ・プレママ座談会】

先輩ママといっしょに、母親としての女性の生き方について

語りましょう。■日時:2月3日(日)10時30分～12時

■参加費:無料 ■対象:出産を控えている夫婦

■定員:15組 ■申込:1月22日までに下記まで

【子育てママのリフレッシュ講座】

初めての*ピラティス(=ゆったりした動きで体をほぐしながら、

ゆがみを直し、バランスを回復するためのエクササイズ)

を体験しましょう。いい姿勢で心も体もスッキリします。

■日時:2月20日(水)11時～12時 ■参加費:無料

■対象:子育て中の人 ■定員:10人 ★一時保育:10人

まで(4カ月～幼稚園入園前の子ども。申込必要)

■申込:1月31日までに下記まで

【申込・問合せ】ハガキ、FAX、Eメールで、〒669-1528

三田市駅前町2-1 駅前子育て交流ひろば

☎079-556-5230 FAX 079-556-5231

Mail: ekimaekosodate@solid.ocn.ne.jp (月・金・土曜

休) ※多数の場合抽選、当選者のみ連絡



<Events at Furatto Hall, a center for interaction among generations.>

【Consultation on child rearing】

Message from kindergarten principal - "What you need to know before entering the communal life: Q&A"

■Date and time: Jan. 11th (Fri.) 10:30 - 11:30

■Application: Numbered tickets will be issued to the first 15 persons at 10:00 on that day.

★ Those who need an interpreter should contact Sanda International Association (☎ 079-559-5164).

【Playing With Everyone!!】

Let's enjoy storytelling, rhythmic games, etc.! No application is necessary.

■Date and time: Jan. 13th (Sun.) 11:10 - 11:30

【Contact】 Square for Childcare in Furatto Hall, a center for interaction among generations

☎ 079-562-8421 FAX 079-562-8422

<Events of Square for Childcare in front of the Station>

【Father's Childcare Support】

Let's talk about father's childcare. ■Date: Jan. 20th (Sun.) 11:00 - 12:00 ■Fee: Free ■Target persons: Children under school age and their guardians.

■Capacity: 10 pairs. ■Application: Please apply to the following by Jan. 15th (Tue.)

【The Expectant fathers and mothers meeting】

Let's talk about a lifestyle of the woman as a mother with experienced mothers. ■Date and time: Feb. 3rd (Sun.) 10:30 - 12:00 ■Fee: Free ■Target persons: Couples who are expecting babies

■Capacity: 15 pairs

■Application: Please apply to the following by Jan. 22nd. (Tue.)

【A mom's refreshing course】

Let's experience *Pilates exercise. (This is a form of exercise which corrects postural distortion and restores the body balance while relaxing your body in a slow movement.) A good posture refreshes your mind and body. ■Date and time: Feb. 20th (Wed.) 11:00 - 12:00

■Fee: Free ■Target persons: Child rearing mothers

■Capacity:10 persons. ★Temporary childcare service is available. 10 children (age range of 4 months to pre-kindergarten. Application required.) ■Application: Please apply to the following by Jan. 31st.(Thu.)

【Application】 Please Apply by post card, FAX or e-mail. Square for Childcare in front of the station, 〒669-1528, 2-1 Ekimae-cho, Sanda City.

☎ 079-556-5230 FAX 079-556-5231

E-Mail: ekimaekosodate@solid.ocn.ne.jp (Closed on Monday, Friday and Saturday)

※(Drawing will be held in case application exceeds the limit. (Accepted applicants only will receive a notification.)