



あーちをご利用のみなさまへ

いつも「のびやかスペースあーち」をご利用いただき、ありがとうございます。現在あーちでは、感染拡大防止のため人数制限を行って開館しております。兵庫県の「まん延防止等重点措置」が解除されるまでは、引き続き1時間1組の予約制で開館します。今後、感染状況を踏まえながら人数制限の緩和も検討しております。利用者のみなさまにはご不便をおかけしますが、ご協力よろしくお願いいたします。詳しくは3面「あーち利用のご案内」をご覧ください。

絵本の世界へようこそ

「パンどろぼう」

作: 柴田ケイコ

発行: 株式会社 KADOKAWA

2020年 初版発行



「おれは パンどろぼう。おいしいパンを さがしもとめる おおどろぼうさ」とくいわざは、かくれみのじゅつ。食パンに扮してお目当てのパンまで近づきます。コッパパン、クロワッサン、チョココロネ…お店にずらりと並んだパンは、どれもこんがり美味しそうで、絵から作者のパン愛が伝わってきます。「せかいちおいしいもりのパンや」からパンを盗み出すことに成功しますが、はたしてそのお味は……？ パンどろぼうの衝撃の表情にご注目です。じつは真面目で素直なパンどろぼう。パンをひたむきに愛する姿がどこか憎めないキャラクターです。ほっこりあたたかく、大人も子どもも思わず笑ってしまうユーモアたっぷりの絵本です。 (あーちスタッフ 山名)

えんじえる君Ⅱ by Bon

マスクの影響



神戸大学大学院サテライト施設「のびやかスペース あーち」
〒657-0832 神戸市灘区岸地通 1-1-1 灘区民ホール 3 階
TEL&FAX 078-805-6090
HP <http://www2.kobe-u.ac.jp/~zda/arch-prep.html>
開館日 火～土曜日(月曜、日・祝除く)

神戸大学大学院人間発達環境学研究科
ヒューマン・コミュニティ創成研究センター
〒657-8501 神戸市灘区鶴甲 3-11
TEL 078-803-7970
FAX 078-803-7971

▼ 3 月 予 定 表 ▼

		こらぼ・あーち	ふらっと・あーち
1	火		
2	水		
3	木		
4	金	よる・あーち(青年) 17:00~18:30	
5	土		
6	日	休 館	
7	月		
8	火		
9	水		
10	木		
11	金	よる・あーち(こども) 17:00~18:30	
12	土		
13	日	休 館	
14	月		
15	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
16	水	パパママほっと 10:30~12:00	
17	木		
18	金	よる・あーち(青年) 17:00~18:30	リフレッシュYOGA(予約制) 10:45~11:45
19	土		
20	日	休 館	
21	月		
22	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
23	水		ベビーマッサージ(予約制) 14:30~15:30
24	木		
25	金	よる・あーち(こども) 17:00~18:50	
26	土	おもちゃ病院 14:30~15:30	
27	日	休 館	
28	月		
29	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
30	水		ベビーマッサージ(予約制) 14:30~15:30
31	木		

予定表は、兵庫県のまん延防止等重点措置が解除された場合のものです。
 新型コロナの感染状況によっては、プログラムが変更・中止となる場合があります。

<プログラムの参加方法>

- ・ ふらっとで行われるプログラムは予約制です。通常利用の予約フォームからお申し込みください。
 - ・ こらぼで行われるプログラムに参加する場合、予約は必要ありませんが、ふらっとの利用はできません。
 ふらっとを利用する場合は、別途、通常利用の予約フォームからお申し込みください。
- ※予約の手順については3面の「あーち利用のご案内」をご覧ください。

<プログラムのご案内>

- おひさまひろば ……保育士さんが親子のふれあい遊びや絵本の読み聞かせをさせていただきます。
- おもちゃ病院 ……ドクターが壊れたおもちゃを治します。(当日の修理はできません。)
 おもちゃ病院の情報は Facebook神戸・灘おもちゃの病院 でご覧ください。
- パパママほっと ……ASD(自閉症スペクトラム、アスペルガー)またはその傾向のあるお子さんを育てている保護者の集いです。悩みを分かち合い、情報交換を行うピアカウンセリングの場です。
- ベビーマッサージ……予約制です。バスタオル1枚、タオル、着替え、おむつ、赤ちゃんの飲み物をお持ちください。
 受付に10分ほどかかりますので、14:15頃までにお越しください。
- リフレッシュYOGA……肩こり、腰痛を軽くするポーズを中心に、自宅でも簡単にできるYOGAです。
 ヨガマットやバスタオルなど数くものをお持ちください。

<あーち利用のご案内>

★まん延防止等重点措置が適用されている場合★

- ・1日4枠、1時間1組の予約制です。いずれかひと枠を選んでご予約下さい。
午前 ① 10:30～11:30 ② 11:30～12:30
午後 ③ 14:00～15:00 ④ 15:00～16:00
- ・利用時間は受付やお帰りの準備を含めて1時間です。ご協力をお願いいたします。
- ・電話での当日予約のみとなります。受付は先着順です。
- ・午前 10:20 より受付開始。あーち受付 TEL(078)805-6090 へお電話ください。
- ・未就園児さんと保護者の方のみご利用いただけます。



★まん延防止等重点措置が解除された場合★

- ・午前 10:30-12:30 / 午後 14:00-16:00 の2部制です。
- ・定員は午前・午後それぞれ10名程度。1組につき保護者は2名まで利用できます。
- ・状況により定員数を変更する場合があります。
- ・予約は1週間ごとに受け付けます。
毎週火～金曜日の間に予約フォーム(右のQRコード)から翌週分の予約を行ってください。
希望者多数の場合は抽選となり、結果は土曜日にメールでお知らせします。
- ・当日空きがある場合は、お電話で予約ができます。TEL(078)805-6090
利用当日の午前10:30以降に、直接あーち受付までお電話ください。(当日分のみ予約可 先着順)



★ご利用にあたっての留意事項★

- ・おとなは必ずマスクをしてください。
- ・来館前にお子さんとご自身の体温を測ってお越しください。
受付で体調などを伺う「健康おたずね表」に記入していただきます。
- ・昼食、おやつなどの飲食はできません。(水分補給は可)
- ・関係者の感染が確認された場合、接触者追跡のため市や保健所に個人情報を提供することがあります。
- ・ご不明な点はあーち受付まで、お気軽にお問い合わせください。



バザーご協力のお願い



今年は「なだ桜まつり」でリサイクルバザーのお店を出します。バザー用の品物をご寄付いただける方は、当日までにあーち受付までお持ちください。
(事前にお電話にてご連絡ください。)

- ・お子さまの衣類(新品または洗濯済のもの)
- ・新品の家庭用品など
- ・下着、ぬいぐるみ、おもちゃ、食品は対象外です。

なだ桜まつり開催日 4月2日(土)

<ふらっと相談員>

水曜 午前 灘区地域活動支援
コーディネーター(不定期)
午後 助産師
木曜 午前 保健師
土曜 午前 助産師

お電話でも相談できます♪





だいじなお口のはなし



口には多くの大事な仕事があり歯磨きは口を守るために欠かせません。真夏の台所の流しにある生ゴミ入りを想像してください。生ゴミが入ったまま1日経ったらどうなるでしょうか？これは口の中も同じです。体温でいつも36度前後、ツバが湧いて湿度も高く、食べかす、つまり食品の残りがあある状態です。バイ菌がどんどん増える環境です。想像すると怖いですね。

前回歯磨きが大事だというお話をしました。歯磨きを怠ると歯がヌルヌルしてきます。生ゴミ入れと同じです。これはバイ菌が食べかすをえさとして、酸や毒素とともにヌルヌルを作るのです。このヌルヌルでバイ菌は歯に張り付き、さらに食べかすもくっつきやすくなります。歯磨きは、食べかすだけでなくこのヌルヌルをバイ菌もろとも歯からブラシでこすりとり、うがいと共に捨てることです。歯の表面には複雑なでこぼこがあり、そこにブラシをきちんと合わせて磨かないと、特にくぼみの部分は残ったままということが多いのです。人によって、歯の形、歯の並び方、ブラシを持つ手の力の入れ方や当て方、磨き残しの多い部分などは全く違います。ですから、その人にあった磨き方を歯医者さんで教えてもらうことが大事です。

口には命に係わる大事な仕事があります。主なものは7つあります。1つ目は食べたり飲んだりすること、2つ目は声を出すこと、3つ目は息をすること、4つ目は味や温度などを感じる、5つ目は表情を作ること、6つ目はストローを吸ったり物を噛めるなど口の力を使うこと、7つ目は身体をバイ菌から守るバリアがあることです。このように大事な口を歯磨きでしっかりケアしてください。

Sachian (オーラルケアステーション本町歯科)



今日、花屋さんに行きました。私がとてもお世話になった先生が、違う大学に転職されることになったので、花束を贈りたいと思って評判のいい花屋さんを探して行きました。花屋の店長さんに、転職のお祝いであること、また、その先生がとても快活な人であること、そして花束の予算を言うと、「それじゃあ、いろんなお花を入れたブーケがいいわね。」と言って、お花畑のような花束を作ってくれました。あまりにもきれいだったので、「まあ、素晴らしい！きれい！」というと、店長さんは、「まあ、ありがとう。」”You make my day!”と言いました。”You make my day.”は、直訳すると、『あなたは、私の日をつくった。』ですが、この意味は、「あなたのお蔭で、今日がよい日になりました。」です。私は、またそう言ってもらえて嬉しくなりました。”You make my day.” ルンルン気分にしてくれる言葉です。

(アメリカ イリノイ州在住 東口たまき)

