

◆休館日 3月11日(水)
6月10日(水)
◆参加費はお釣りのない
ようにお願いします。

イベント申込方法 受付開始日：3月5日(木) 受付時間：10:00～16:00

中央公園 ☎079-565-3791 *電話・窓口どちらでも受付可 ◆イベント当日は、必ず開始10分前までにお越しください。

中央公園イベント information

1 おとなの絵本と
紙芝居の部屋

4/20月・5/25月・6/15月
13:30～14:30頃 中央公園和室

対象：お子様～大人まで 当日参加/無料

お茶を飲みながら絵本や紙芝居をのんびり楽しみましょう。おひとりでの参加も大歓迎です! 気楽におしゃべりしましょう!

北欧のガーデンライフを提案する園芸店
「tlahus 三田」のワークショップ

対象：親子、大人 要予約/各定員10名
持ち物：園芸ばさみ、手袋、持ち帰り袋

2 春の寄せ植え
4/11土
10:00～11:00



参加費：3,850円(税込)
講師：石田信貴さん(tlahus)

3 ビカクシダ板付け
5/30土
10:00～11:00



おコウモリランをインテリアに!
参加費：3,850円(税込)
講師：tlahus スタッフ

4 スモークツリー
スワッグ
6/13土 10:00～11:00

参加費：3,850円(税込)
講師：藤本郁美さん(tlahus)



5 大きいプラかごを作ろう

対象：大人 要予約

5/21木と5/28木 *2回で完成
(両日参加必要)
10:00～14:00

参加費：3,000円
定員：5名<昼食要>
持ち物：洗濯バサミ
(10個以上)
養生テープ
はさみ
メジャー

講師：吉田磯代さん

★持ち手は肩にかけるサイズです。

サイズ 約 W36cm×H27cm×D17cm



6 キラキラペンダント ヘッド

対象：大人 要予約

6/2火 10:00～12:00

参加費：1,200円 約40cmのチェーン付
定員：6名
持ち物：持ち帰り袋
講師：中尾慶子さん

樹脂ねんどで作った土台の上にスワロフスキーのチャトン(底面がVカット形状)を飾り、レジンで仕上げます。



7 初夏の自然観察会

対象：子ども、親子、大人 要予約

6/7日 9:00～11:00

集合場所：中央公園管理棟前
参加費：200円(保険含)
定員：20名

服装：長袖・長ズボン・帽子
案内人：中田一真さん ごもくやさん

*小学生以下は保護者同伴 *中田さんの上映会有り
生き物探索を楽しみながらの軽い散策です。

8 リビングの小物入れに!
バスケット

6/18木 10:00～15:00 要予約

参加費：1,500円 定員：10名<軽食要>
持ち物：はさみ(クラフト用)、ポンド
目打ち、ウェットティッシュ

講師：山八知子さん
(クラフトバンドエコロジー協会認定講師)



色違いも
用意しています。

サイズ(cm)
約 W20×H12×D13

(できた方からお帰りいただけます)

9 テクスチャーアート
オーナメント

対象：子ども(小1以上)、親子、大人 要予約

6/20土 ①10:00～11:00
②11:00～12:00

参加費：600円
定員：各6名
持ち物：汚れても良い服
タオル

講師：山岡彩子さん
(潮窪 Kobaco)

テクスチャーアートで
鳥か蝶を作ります。
父の日のプレゼントにも♪



10 にこにこ絵本

★大人の方も大歓迎!

4/21火・5/19火・6/16火
10:00～11:00 中央公園和室

対象：お子様～大人まで 当日参加/無料

講師：にこにこ絵本クラブ

公園サポーターによる絵本や紙芝居の読み聞かせ。季節の工作や遊びもあります。赤ちゃんも一緒に楽しめますよ。お散歩ついでにお気軽に遊びに来てください!



51 2026 Mar.
Vol. ちゅー

ちゅー hu Chu めーる

森の自然も生き物も、支えるボランティアの人たちも
そこに集う人々も・・・みーんな中央公園の仲間たち。
三田市中央公園サポーターの活動通信「Chu Chu めーる」をお届けします。

森の絵はがき
第51回 北国の春

もう四半世紀も前、仕事の関係で2年半青森市で暮らしたことがあります。赴任したのは夏。鳥も獣も植物も、見るもの聞くもの新鮮で、週末には嬉々として県内を駆け巡りました。

8月の初め、熱狂のねぶた祭りが終わると早くも秋風が吹き始めます。10月、黄葉が八甲田の山頂から麓まで一気に駆け下りると、ハクチョウたちが渡ってきて、あっという間に冬が来ました。

年が明ければ、来る日も来る日も降り続く雪。市街地の道路脇には除雪された雪が、まるでスノーボードのハーフパイプのように立ち上がります。歩道と車道に境目はなく、危険極まりない状況。このまま永遠に雪の世界に閉ざされるのか...と絶望的な気持ちにもなりました。

ところが3月、魔法のように雪解けが進みます。雪を割ってフキノウやフクジュソウが一斉に顔を出し始めるのです。「春だ!」この年ほど春の訪れを嬉しく感じたことはありませんでした。

ここ三田市・中央公園でも2月下旬、フキノウが地面に顔を出し始めます。順番は決まって南向きの斜面から。暖かい日差しを浴びて、フキノウはあっという間に背丈を伸ばして行きます(写真)。

毎春、フキノウを見るたび、あの鮮烈な北国の春がまぶたに浮かびます。(いやいや、三田だって毎朝氷点下、霜と氷でガリガリの冬だったのだよ。このフキノウだって苦労したのだよ)と、奇妙な言い訳をしながらかの目の前のフキノウを愛でるのです。

(写真・文 中田一真)

冬の静寂に息づく生命を探して 「冬の自然観察会」report



2026/1/25



「しぜんかんさつえん」に出発!

恒例の「冬の自然観察会」。まずは、遊具広場のピラカンサに注目。例年なら鳥に食べ尽くされているはずの赤い実が、今年はまだたくさん残っていました。鳥の飛来が少なかった年ならではの不思議な光景です。



ピラカンサ



シュンラン



ホコリタケ

普段は閉鎖されている「自然観察園」に入ると、凍りついた池から4羽のオシドリが力強く飛び立つ瞬間に遭遇。冬の静寂を破る躍動感に、参加者からは感嘆の声が上がりました。林道の脇では、シュンランが葉の中心から小さな花茎をのぞかせています。厳しい寒さの下でも、着実に春への準備が進んでいました。また、倒木に生えたホコリタケをつついて胞子を飛ばしたり、朽ち果てた巣箱の下に前日までいたシロアリが姿を消していたりと、生き物たちのリアルな動向を肌で感じることができました。



上映会

散策の後、温かい室内で中田一真さん制作の映像上映会が行われました。タヌキのピンと立った尻尾をとらえた動画など、生き物たちの生き生きとした姿に、皆さん熱心に見入っていました。色味の少ない冬でも、目を凝らせば多様な発見に満ちている世界。自然のサイクルを身近に感じた一日となりました。

今回は「初夏の自然観察会」。生き物の命が最も輝く6月、また新しい発見をご一緒にしましょう!

「おとなの絵本と紙芝居の部屋」



お茶を飲みながら、メンバーによる絵本の読み聞かせや紙芝居、さらにはクイズも!大人になってから聞くお話は、子供の頃とはまた違った発見があり、参加者の皆さんは身を乗り出すように聞き入っていました。「一人で参加しても大丈夫?」という心配はご無用です。ここは誰でも温かく迎え入れてくれる場所です。皆さまも是非、お気軽にいらしてください!当日参加・無料
*開催スケジュールは右ページ裏面の「パーク通信」でご案内しています。



辻さんの <身近な危険を紙芝居で伝えるシリーズ>

第3話「さわるなキケン!」やけど編

- ・コンロやストーブには近よらない。
- ・あついなべやヤカンをさわらない。
- ・やけどをしたら、すぐに大人に知らせる。
- ・火あそびは絶対にしてはいけません。



1 ママちょっと、おトイレに行ってくるけど、あぶないからカレーのお鍋には絶対に近づかないでね。



2 えものの女の子に近づく悪もの軍団。「いいにおいだよ。こっちへ来てにおいをかいでごら〜ん」



3 「それっ今だ!カレー鍋をひっくり返してやれ!」と悪さを仕かける悪もの軍団。



4 「ちょっと待ったあ!3サンダー参上!」危機一髪で女の子を救出した。



5 「こしゃくな3サンダーめ。こうなったら台所ごと火事にしてやれ!」と怒る悪の大魔王。



6 負けずにすばやく消火にあたる3サンダー。悪もの軍団の手下どもが吹き飛んだ!



7 最後は悪の大魔王も吹き飛ばした。すごい水のいきおいだ!



8 これからは絶対、火に近づいてはダメだよ!「3サンダーさん、ありがとう!」おしまい。

中央公園で、館内装飾のお手伝いをしてくださるボランティアさん、募集中! (問) 079-565-3791 (中央公園)

簡単な木の選定できる方、歓迎!

園芸ボランティア募集 10:00~11:30

<中央公園> 4/22水・5/13水・6/24水
<駒ヶ谷運動公園> 4/9木・5/14木・6/11木

作業は主に「花壇のお世話」。終了後はおしゃべりタイム。初対面でもすぐにお友達に!

<雨天中止・当日参加> 短時間の参加OK! 持ち物: タオル、手袋、帽子、園芸ハサミ等

みどりの相談 10:00~16:00

<中央公園> 4/22水・5/13水・6/24水

<無料・当日参加> *変更等はHPでお知らせいたします。

当日は電話でも相談できます。
079-565-3791

駒ヶ谷運動公園「おでかけふらっと」<当日参加・無料>

5/14木 10:00~11:30 駒ヶ谷運動公園(サブアリーナ)

持ち物: 上履き、下足入れ*飲み物など必要なものをお持ちください。

0歳から就学前の子ども、保護者同士と一緒に子育てを楽しむひろばです。おもちゃや情報もいっぱい!子育て相談も。

(問) 三田市多世代交流館「ふらっと」子育て交流ひろば ☎ 079-562-8421



第1期 2026年度 市民スポーツスクールのご案内

申込期間: 3月10日(火)~4月3日(金)まで

- ◆会場: 駒ヶ谷運動公園: フィットネススタジオ(親子体操・こどもスポーツ教室・スポーツ吹矢・シルバー卓球教室は体育館、かんたんシルバー体操は講座室)
- ◆受講料: 1講座 5,000円(10回予定) ●シルバー卓球教室のみ 4,000円(8回予定) *開講中の退会によるご返金は不可。新規、継続申込共に1つのみ可能。
- ◆申込み: 駒ヶ谷運動公園 マシンジム受付(マシンジムにある申込書に記入の上、お申込みください)
*親子体操、こどもスポーツ教室、スポーツ吹矢、シルバー卓球教室は体育館受付でのお申込み。
*親子体操は保護者1人につき子ども1人、親子の名前と子どもの年齢を記入しお申込みください。
*かんたんシルバーは、第1希望、第2希望を記入してください。第1希望のみ記入の優先はありません。



◆お問合せ *6月10日(水)は休館日
〒669-1324 三田市ゆりのき台1-44
・駒ヶ谷運動公園マシンジム
☎ 079-559-1278 (直通)

*親子体操、こどもスポーツ教室
*スポーツ吹矢、シルバー卓球教室は
☎ 079-565-7288 (体育館受付)

	スクール名	開催日時	対象者
1	ヨガエクササイズ① 講師: 東	5月13日~7月22日 毎週水曜 11:15~12:45	18歳以上
2	ヨガエクササイズ② 講師: 東	5月13日~7月22日 毎週水曜 13:20~14:50	18歳以上
3	頑張るシルバー体操 講師: 芦田	5月7日~7月9日 毎週木曜 11:20~12:50	60歳以上 立位でのストレッチ・有酸素運動
4	かんたんシルバー体操① 講師: 城谷	5月12日~7月14日 毎週火曜日 11:15~12:45	60歳以上 座位メイン、簡単な筋トレ、ストレッチ ZUMBA®GOLD
5	かんたんシルバー体操② 講師: 城谷	5月12日~7月14日 毎週火曜日 13:15~14:45	60歳以上 座位メイン、簡単な筋トレ、ストレッチ ZUMBA®GOLD
6	シェイプアップ 講師: 網本	5月12日~7月14日 毎週火曜日 11:15~12:45	18歳以上 初心者向き ピラティス、コアトレ ストレッチ、有酸素運動
7	ZUMBA® KIDS 講師: 城谷	5月13日~7月22日 毎週水曜 17:05~17:50	小学生 1年生~6年生
8	親子体操教室 講師: 上林	5月7日~7月9日 毎週木曜 15:15~16:45	3歳~就学前児とその保護者
9	こどもスポーツ教室 講師: 上林	5月12日~7月14日 毎週火曜日 16:15~17:30	小学生 1年生~3年生
10	スポーツ吹矢 講師: 松永	5月7日~7月9日 毎週木曜 13:15~14:45	18歳以上 初心者向き
11	シルバー卓球教室 講師: 榊原 他	6月16日~8月18日 毎週火曜 10:00~12:00	60歳以上初心者・初級者向き 7月21日と8月11日は休講

- 応募多数の場合は抽選となります。
- 4月10日に当選番号をHP「お知らせ」マシンジム前掲示板、公式ライン、インスタに掲示しますのでご確認ください。(電話で問合せは4月10日12:00以降)
- 締め切り後、定員に達しないスクールは4月10日から随時受付します。
- 継続申込は1つのみ可能。前期最終日にマシンジム受付でお申込みください。新規申込も1つのみ可能。
- 教室開始2時間前の時点で警報が出ている場合、当日の教室を中止します。その際は予備日を設けておりませんので、予めご了承ください。(その他、やむを得ず教室が開催できない場合も同様です)

<中央公園イベント講師募集中!>

公園イベントについて

- 1: お申込みは電話と窓口で承ります。
- 2: 定員のあるイベントは先着順です。*キャンセル待ち有り
- 3: イベント当日は開始10分前までに受付を済ませてください。
- 4: 園芸及びクラフトイベントのキャンセルは開催10日前より、材料の引き取りと参加費支払いをお願いする場合があります。材料手配の都合上、申し訳ありませんがご了承ください。



最新情報は
三田市中央公園
公式サイトで

中央公園
三田市けやき台2丁目3番
TEL 079-565-3791

駒ヶ谷運動公園
三田市ゆりのき台1丁目4番
TEL 079-565-7288

駒ヶ谷運動公園 マシンジム 利用者募集!



1回チケット制で
気軽にトレーニング!

(問・申) 079-559-1278