

箕面の山の環境整備や清掃活動について知っていただく社会課題啓発プログラム。自然の中で行うクリーンハイキングの魅力や市民団体の活動を伝えると共に、健康づくりのための初心者向けピラティス体験も実施！この春、身体も心も元気になる活動に触れてみませんか？お気軽にご応募ください。

クリーンハイキングの魅力を知ろう！

箕面の山の素晴らしさを次世代に伝え、一人でも多くのファンを作るため、市民団体が続ける活動についてご紹介。年間170回を超えて開催するクリーンハイキングの魅力について学んでみよう！



初心者大歓迎！ピラティスレッスン

普段の活動で行なっている森林浴とピラティスを合わせたハイキングイベントにちなみ、体幹を鍛えるレッスンを「スタジモにしのみや」で体験いただきます！

【服装:動きやすい服】

※更衣室はございませんので、予めご了承ください。

※ヨガマットなどお持ちいただく必要はございません。

※ピラティスとは筋力トレーニングとストレッチを組み合わせた運動法のこと。



申し込み方法



阪急阪神 ゆめ・まちソーシャルラボ専用申し込みフォーム(先着順)

http://stajimo.jp/?page_id=8674

編集後記

「令和」という新しい時代を迎えて、なにか始めようかなとワクワクしています！ 令和からなにか新しい取り組みをはじめたという方、是非教えてください！(M)

★名言収集家 まいける の 今月の名言★

『いつも太陽の光に顔を向けていれば、影を見る事はありません。』

<ヘレン・ケラー(教育家)>

好きー嫌い、強いー弱い、将来ー過去、得意ー苦手…物事には必ず両面がある。

常にプラスになる方を意識し、その方向に目を向ける練習をしてみよう。プラスの方向を見続けていけば、自然とマイナス側気にならなくなってくるはず。

お問合せ先: スタジモにしのみや

西宮市高松町 14-2 阪急西宮ガーデンズ本館 5 階

阪急西宮ギャラリー内 (TOHO シネマズ横)

TEL: 0798-78-2753

MAIL: info.nishinomiya@stajimo.jp

スタジモにしのみやイベント情報紙

「Stajimo Newsletter」

2019年4月25日発行



<http://stajimo.jp>

大好きな地元で、あつまる・つながる・つくる！

Stajimo Newsletter



沿線コミュニティベース

Stajimo
NISHINOMIYA

沿線コミュニティベース「スタジモにしのみや」イベント情報

📷 今月の1枚

阪急阪神ゆめ・まちソーシャルラボ
ゆめ・まちお天気スクール！(2019/4/20.21)



? スタジモにしのみや とは?

阪急西宮ガーデンズ5階(TOHOシネマズ横)にあるコミュニティスペースです。

地元で活動されている様々なコミュニティのみなさんのための人と情報が集まる「場」として、2015年4月に開館以来、たくさんの団体・サークル・企業等に登録、利用していただいています。

2019.

特集①

今月のつなぐれスタジオ！ ～まちライブラリー チーム西宮～

西宮市内の14のまちライブラリーと3つの市立図書館のゆるいつなぐれ「チーム西宮」から、リトル書房の後中さん、まちのね浜甲子園の青山さん、NESCAFE DolceGusto Cafe & Libraryの並河さん、西宮市立北部図書館の米山さんの4名のみなさんにご出演いただきました。これまで行なってきた活動やイベントのこと、いま力を入れていることなどをお話いただきました。

そして、4/21～5/19に本のおまつり『ブックフェスタ』を開催中です。みなさん楽しいイベントをたくさん企画していますよ。私は、パンフレットを眺めながら、「全部参加したい、せめてひとつだけでもっ！」と吟味中。イベント情報は、まちライブラリーHPやパンフレットでご覧いただけます。もちろんパンフレットはスタジモに置いてありますので、是非お手に取ってみてくださいね。



4/16 さくらFM出演！お疲れ様でした♪



ブックフェスタのパンフレット



放送終わりにみんなでパチリ

ぜひ聴いてね！

つなぐれ♪
スタジオモ！

78.7MHz さくらFM

毎月第3火曜日 17:30～18:00に放送！

スタジモにのしのみやに登録してくださっている団体のみなさんや、地域で活動されるみなさんとながれる楽しいイベントや活動をご紹介します番組です！

特集②

その活動を新しい場所で始めてみませんか？

【ネットワーク編】

「講師を探している・・・」「仲間集めをしたい・・・」「西宮周辺でネットワークを作りたい・・・」

皆さんは、ご自身や団体の活動をどこでされていますか？またどこで始めようかとされていますか？スタジモにのしのみやは、少人数～20人ほどが集まれるルームです。けっして大きなスペースではないですが、人と人とのつながりやコミュニケーションを深めるにはぴったりなルームです。

さらにスタジモ登録団体はこの2月でついに「300団体」を突破！このネットワーク（つながり）をご活用下さい。

●スタジモの登録団体は、このような多彩な方々がいます！

- ・心理学、お花、手芸、英語、印象アップ、文字、ワイン、FX、整体の先生や講師
- ・場のファシリテーター
- ・交流会の事務局
- ・イベントの企画運営できる人、西宮を発信する活動家
- ・起業家コミュニティ、建築家などの繋ぎ手、西宮市内ショップの店長
- ・カメラマン、ライター、デザイナーなどなど

これらのつながりはスタジモスタッフが繋ぎます。まずは、スタッフまでお知らせ下さいね。

●毎日、ルームのご利用登録を受付中！

登録は無料です（ルーム利用が有料）。登録は、スタジモスタッフより皆さんの活動のヒアリングやルームの説明のための面談をさせていただきます。まずは、面談の日程調整から。お気軽に見学やお問合せください。（年末年始を除きます）

●さらに、今なら！お得なキャンペーン実施中！

アフタースクールのお教室やタワの定例会議を考えている方向けの「タワ定期キャンペーン」を実施中です。今なら2019年9月末までの期間限定で、お得なルーム利用料金の割引があります。こちらもお気軽にお問い合わせください！



特集③

沿線コミュニティベース
Stajimo
NISHINOMIYA

あちこち まちライブラリー
まちライブラリー
MACHI LIBRARY

まちライブラリーとは、全国各地のまちの中にあるカフェやギャラリー、オフィスや住宅、お寺や病院などで、本を使って人の交流をすすめる活動。現在、全国で625を超えるスポットの登録があり、各所で本に纏わるイベントが行われています。西宮にも11カ所のまちライブラリーがあります（2018年9月現在）

阪急西宮ガーデンズの5階にあるコミュニティスペース「スタジモにのしのみや」では、持ち寄り本のテーマを決めて行う「読書会」やスタジモにのしのみやを利用される団体やイベント参加者の方、スタッフがオーナーとなってテーマを決めて開く「本の交流会」などさまざまなイベントを開催しています。

本をきっかけにちょっとしたお話が出来たり、本を開いてお茶会をしたり、読むだけで終わらない本の面白さを発見できる、そんなイベントを『まちライブラリー』を通して発信しています。



交流

まちライブラリー ブックフェスタ2019 in 関西

大阪・兵庫・京都・奈良・滋賀・和歌山・徳島 272ヶ所の「本のある場所」を紹介！

本と人に
出会う！
スポットイベント

4月21日(日)～5月19日(日)

スタジモ
開催

宮っ子が寄れば文殊の知恵！ にのしのみやオススメ店マップ計画

- ◆2019年5月14日(火) 10:30～12:30 <ランチ編>
- ◆2019年5月17日(金) 18:30～20:30 <ディナー編>
- ◆2019年5月19日(日) 18:30～20:30 <集約編>

西宮の美味しいお店について、西宮古参の方から新参の方まで、老若男女、教えたい人知りたい人、一同に会してざっくばらんに情報交換しませんか？3回シリーズですが、どれか1つだけのご参加も大歓迎です♪



参加費：500円（お茶・お菓子付き）

持ち物：西宮のオススメ店が載った本、

申込み方法



スタジモにのしのみや主催イベント
専用申込みフォーム

http://stajimo.jp/?page_id=5664



スタジモにしのみや イベント一覧



5月

2019/5/1～5/31

日時	イベント名	主催者	お問合せ先/WEBページなど
5/1(水)	12:00 ～ 19:00 watashino 花 by Natural	有限会社ナチュラル flower studio NATURAL	090-4568-1813 (福岡) instagram:@flower_studio_natural
5/2(木)	13:30 ～ 15:30 クラクラアレンジメント&フリザーブトクラクラ	クイーンローズ	090-1088-1606(中村) angelmoon583@gmail.com(中村)
5/4(土)	13:15 ～ 15:30 飯田恭子のプロのメイク診断(3名限定)	make up:iida	make-nishinomiyaa@idakyoko.com (飯田)
5/5(日)	10:15 ～ 15:45 ロボット教室※無料体験要予約※無料体験開催日要確認	NPO法人 子ども未来教育ネットワーク	robot@fenc.jp (お問合せ・体験お申し込み)
5/6(月)	10:30 ～ 12:30 飯田恭子のプロのメイク診断(3名限定)	make up:iida	make-nishinomiyaa@idakyoko.com (飯田)
5/6(月)	13:15 ～ 15:30 飯田恭子のプロのメイク診断(3名限定)	make up:iida	make-nishinomiyaa@idakyoko.com (飯田)
5/8(水)	10:15 ～ 12:45 美文字塾 ポールペン・万年筆	美文字塾	090-9701-9378 keiko19800314@yahoo.co.jp (鈴村)
5/8(水)	16:45 ～ 18:00 英語で歌う、演じる。キッズドラマクラス ～表現することと自信を育てる～	Koala English	english@hauska-co.com(ドノバツ梨紗)
5/9(木)	10:30 ～ 12:30 クラクラアレンジメント&フリザーブトクラクラ	クイーンローズ	090-1088-1606(中村) angelmoon583@gmail.com(中村)
5/10(金)	10:30 ～ 12:00 ペビーターサージ+マサロン	Chez toi ～シエ・トロ～	babymassage.chez.toi@gmail.com (田中) http://s.ameblo.jp/bonjours-tono 075-723-5896 (中村 聡シ) mail@slmk.biz (中村 聡シ)
5/11(土)	12:00 ～ 19:00 建築家がデザインする一千万円の住宅 住宅展、相談会	エスリンク	robot@fenc.jp (お問合せ・体験お申し込み)
5/12(日)	10:15 ～ 15:45 ロボット教室※無料体験要予約※無料体験開催日要確認	NPO法人 子ども未来教育ネットワーク	(お問合せ・体験お申し込み) puni.punyu_embroidery@gmail.com 0798-74-3672 (井上) https://www.instagram.com/puni_punyu/
5/13(月)	10:15 ～ 12:45 刺繍クラクション～ブローチの会～	puni.punyu 刺繍	TEL : 0798-78-2753 申込フォームhttp://stajimo.jp/?page_id=4324
す 5/14(火)	10:30 ～ 12:30 【まちライブラリー ヅックラエスタ2019 in 関西】 宮っ子が寄れば文殊の知恵！にしのみやオアシス来店マツ計画 ～ランチ編～	スタジモにしのみや	090-5091-7341 (伊東) ayurnitotonoeru@gmail.com (伊東)
5/15(水)	13:30 ～ 15:00 不調な自分を自分で立て直せる～歪みとり体操～	整体あゆみ	english@hauska-co.com(ドノバツ梨紗)
5/15(水)	16:45 ～ 18:00 英語で歌う、演じる。キッズドラマクラス ～表現することと自信を育てる～	Koala English	babymassage.chez.toi@gmail.com (田中) http://s.ameblo.jp/bonjours-tono
5/16(木)	10:30 ～ 12:00 ペビーターサージ+マサロン	Chez toi ～シエ・トロ～	090-1088-1606(中村) angelmoon583@gmail.com(中村)
5/16(木)	13:30 ～ 15:30 クラクラアレンジメント&フリザーブトクラクラ	クイーンローズ	080-5349-8508(松原) ma0623nu@gmail.com(松原)
5/16(木)	16:00 ～ 17:30 定期 スタジモ幸座	陸月道場	080-1445-5176 (大本) info@mamabeautynavi.com (大本)
5/17(金)	10:15 ～ 12:45 肩凝り解消！心も体もハッピーになる ゆるリンパリッスン&ペビータークル	mamabeautynavi	TEL : 0798-78-2753 申込フォームhttp://stajimo.jp/?page_id=4324
す 5/17(金)	18:30 ～ 20:30 【まちライブラリー ヅックラエスタ2019 in 関西】 宮っ子が寄れば文殊の知恵！にしのみやオアシス来店マツ計画 ～ディナー編～	スタジモにしのみや	090-4568-1813 (福岡) mis.toma-76@docomo.ne.jp instagram:@flower_studio_natural
5/18(土)	10:15 ～ 12:30 クライングループ クラクション	有限会社ナチュラル flower studio NATURAL	090-5367-8000 (マサ)https://aroma-asahiya.jp/
5/18(土)	13:20 ～ 15:30 今年の夏は絶対崩さない！プロが教える夏の崩れないメイク	make up:iida	make-nishinomiyaa@idakyoko.com (飯田)
5/18(土)	19:00 ～ 20:30 (株)Passion 婚活/パーティ	株式会社 Passion	0736-64-3135 dandan@tlw.zaqq.ne.jp (田栗)
5/19(日)	10:15 ～ 15:45 ロボット教室※無料体験要予約※無料体験開催日要確認	NPO法人 子ども未来教育ネットワーク	robot@fenc.jp (お問合せ・体験お申し込み)
す 5/19(日)	16:30 ～ 18:30 【まちライブラリー ヅックラエスタ2019 in 関西】 宮っ子が寄れば文殊の知恵！にしのみやオアシス来店マツ計画 ～集約編～	スタジモにしのみや	TEL : 0798-78-2753 申込フォームhttp://stajimo.jp/?page_id=4324
5/20(月)	10:15 ～ 12:30 肩こりスッキリ手作りジェル&筋膜リリースヨガ	アロマデザイン戸屋	090-5367-8000 (マサ) aroma.ashiya@gmail.com (マサ) https://aroma-asahiya.jp/
5/21(火)	17:30 ～ 18:00 【ラジオ生放送】つながれジュスタジモ！(さくらFM 78.7MHzで毎月第3火曜に放送中) ゲスト：mamabeautynavi 大本さん	スタジモにしのみや	TEL : 0798-78-2753/FAX : 0798-78-2754 メール info.nishinomiyaa@stajimo.jp
5/22(水)	16:45 ～ 18:00 英語で歌う、演じる。キッズドラマクラス ～表現することと自信を育てる～	Koala English	english@hauska-co.com(ドノバツ梨紗)
5/23(木)	10:30 ～ 12:00 ペビーターサージ+マサロン	Chez toi ～シエ・トロ～	babymassage.chez.toi@gmail.com (田中) http://s.ameblo.jp/bonjours-tono
5/23(木)	13:30 ～ 15:30 クラクラアレンジメント&フリザーブトクラクラ	クイーンローズ	090-1088-1606(中村) angelmoon583@gmail.com(中村)
5/27(月)	10:30 ～ 12:30 おひるねアートしゅしゅ(chouchou)撮影会	おひるねアートしゅしゅ (chouchou)	angelmoon583@gmail.com(中村) ohiruneart.chouchou@gmail.com(とよさき) LINE ID @ad1152u
5/29(水)	10:10 ～ 12:55 スポーツのための食トレ講座	一般社団法人 食アスリート協会	090-3706-5210(松本) zutto.nakayoshi0521@ezweb.ne.jp (松本)
5/30(木)	10:30 ～ 12:00 ペビーターサージ+マサロン	Chez toi ～シエ・トロ～	babymassage.chez.toi@gmail.com (田中) http://s.ameblo.jp/bonjours-tono
5/30(木)	13:30 ～ 15:30 クラクラアレンジメント&フリザーブトクラクラ	クイーンローズ	090-1088-1606(中村) angelmoon583@gmail.com(中村)

ピクアツパイイベント

スタジモHP

英語で歌う、演じる。キッズドラマクラス
～表現することと自信を育てる～

ドラマ(演劇)クラスは演じるを通して、表現力、コミュニケーション能力、集中力、自信などの能力を育てることが期待できるとして欧米では初等教育ではもちろんMTT やスタンフォード大学などの一流大学でも広く取り入れられている「演劇教育」です。

日時：2019年5月毎週水曜 16:45～18:00
主催：Koala English
詳細：http://stajimo.jp/?page_id=865

肩こりスッキリ手作りジェル&筋膜リリースヨガ

★手作リアロマ 10:30～11:30
夏に向けて、アロマ作用のあるアロマオイルやミントなど爽やかな香りの「肩こりスッキリジェル」を作ります。
★ヨガ 11:45～12:30
「肩こりスッキリ手作りジェル」とヨガボールを使って首・肩・下半身の筋膜をリリース。アロマの香りに包まれながらリラクゼーションを行います。

日時：2019年5月20日 10:15～12:30
主催：アロマデザイン戸屋
詳細：http://stajimo.jp/?event=190422aromaashiya

QRコード



リンク

http://stajimo.jp/

スタジモ

