

# 3月 すこやかプラザ だより

発行 平成27年3月1日

尼崎市立 すこやかプラザ

指定管理者

認定 NPO 法人子どものみらい尼崎

## 春3月になりました

長期予報では「暖冬」と言われていましたが、結果はどうだったでしょうか。統計上の平均気温はともかく、体感上は「厳寒」だったように感じます。

3月は年度末ということで、すこやかプラザでは今年度の各事業の振り返りを行っています。すべての講座・イベントでの受講後アンケートや、ロビーでのご意見箱、1か月間の詳細なアンケートの集計・分析とともに、利用者、地元町会、行政等の外部委員による「すこやかプラザ運営懇談会」において、さまざまな立場からのご意見をいただきます。

これらを通して、すこやかプラザがより多くの市民にご利用いただけるよう、そして、満足していただけるよう、日々努力を続けています。

所長 高田 忍



### ♪ 事業紹介 ♪

#### 尼崎市食育フォーラム

## 「食べることは生きること」

～食ではなくお笑顔あふれるあまがさきを目指して～

日時：3月29日(日) 14:00～16:30 (13:30 受付開始)

① 講演会 と ② ワークショップ を同時開催します！

#### ① 食育講演会 (要申込み：定員 150人)

テーマ：料理体験を通して知ること、学ぶこと、伝えること  
講師：坂本 廣子さん(料理研究家)

#### ② ワークショップ 14:00～16:00

1. 「春野菜を使ったプチピザ作り」(要申込み)★

【第1部】14:00～ 【第2部】15:00～

対象：3歳以上の子どもとその保護者(先着12組ずつ)

2. 「自分だけの紙芝居作り」(申込み不要)

3. 「野菜アート de ランチョンマット作り」(申込み不要)

詳しくは下記お問い合わせ先にご確認ください。



託児：1歳～未就学児(要申込み 1人500円：先着10名)

場所：すこやかプラザ ホール / 参加費：無料

主催(問い合わせ先)：保健所健康増進課 06-6489-3053

申込み：3月6日(金)より

★尼崎市コールセンターにて電話受付 TEL 06-6375-5639

### ♪ 事業紹介 ♪

## 春休み オセロ大会

In すこやかプラザ

参加賞

賞品も  
あるよ

すこやかプラザに集まって、  
みんなで「オセロ」を  
楽しみましょう♪

日時：3月28日(土)



13:00 ～ エントリー

13:15 ～ 順次試合開始

① 幼児の部

② 小学生の部

③ 中学生以上(成人含む)の部

それぞれで対戦をします。

\*当日 10:00～12:00

練習用に会場を開放します。

対象：誰でも参加OK!!

場所：すこやかプラザ ホール

参加費：無料

申込み：不要。直接会場にお越し下さい。

| 月              | 火                               | 水         | 木                       | 金                     | 土                   | 日                                       |
|----------------|---------------------------------|-----------|-------------------------|-----------------------|---------------------|---|
|                |                                 |           |                         |                       |                     | 1<br>6月分ホール<br>利用受付開始                   |
| 2              | 3<br>介護とリハビリ<br>セミナー②<br>(受付終了) | 4<br>休館日  | 5                       | 6                     | 7                   | 8<br>おもちゃ<br>クリニック                      |
| 9<br>絵本読み聞かせ会  | 10                              | 11<br>休館日 | 12                      | 13                    | 14<br>子育て支援者<br>交流会 | 15                                      |
| 16<br>🕒 ツインズ広場 | 17                              | 18<br>休館日 | 19<br>元気アップ講座<br>(受付終了) | 20                    | 21<br>春分の日          | 22                                      |
| 🕒 ぴよぴよタイム      |                                 |           | 🕒 ほのぼの広場                |                       |                     |   |
| 23<br>🕒 悠友サロン  | 24                              | 25<br>休館日 | 26                      | 27<br>わいわい育児<br>トークング | 28<br>春休み<br>オセロ大会  | 29<br>🕒 パパと<br>ふれあい広場<br>尼崎市<br>食育フォーラム |
| 30             | 31                              |           |                         |                       |                     |   |



## 広場・イベント情報



事前申込み不要

場所：🕒 ホール 🕒 ランチルーム

### 🕒 おもちゃクリニック

8日(日) 13:30~15:30

おもちゃドクターが、ご家庭の壊れたおもちゃを修理します。直接お持ち下さい。見学のみも可。  
\*おもちゃは1回につき、**3個まで**でお願いします。



### 🕒 絵本大好き！読み聞かせ会

9日(月) 10:30~11:00 / 14:30~15:00

手遊びや読み聞かせの楽しい時間。  
0歳児さんもどうぞ！（各回先着15組）  
\*開始90分前から整理券を配布します。



### 🕒 ツインズ親子広場

16日(月) 10:00~12:00

多胎児親子の交流広場。妊婦さんも参加OKです。



### 🕒 ぴよぴよタイム

16日(月) 13:30~15:30

8カ月くらいまでの赤ちゃんとお母さんの交流広場。

### 🕒 世代間交流広場 ほのぼの

19日(木) 13:30~15:30

赤ちゃんからおじいちゃん、おばあちゃんまで、誰でも参加できる広場です。プラレール、紙芝居、アロマハンドトリートメント、フェルデンクライスなどのコーナーがあります。

3月は「ほのぼのと春が来た」と題して、お花見おすすめ情報の展示や、アニメDVDの上映などもあります。



### 🕒 立花のホットスペース悠友サロン

23日(月) 10:00~11:30

概ね60歳以上の方が気軽におしゃべりできる憩いのスペースです。お話好きな人、友達をつくりたい人など大歓迎♪

### 🕒 パパとふれあい広場

29日(日) 11:00~12:00

お父さんと就学前のお子さんの遊び場。



### ● わいわい育児トーク

「子どもと習い事」  
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：3月27日(金) 10:00~11:00

講師：濱田 格子さん  
(認定NPO法人子どものみらい尼崎 理事長)

対象：子育て中の人(子どもの同伴可)

場所：すこやかプラザ ランチルーム

定員：10人(先着)

参加費：無料

申込み：3月5日(木)より



すこやかプラザにて電話受付  
TEL 06-6418-3463

### ● すこやか元気アップ講座

ストレス発散、運動不足の解消！楽しみながら、  
心と体を健康に！

日時：4月16日(木) 10:00~12:00

#### 【1部】シニアのための生活設計

講師：兵庫県金融広報委員会 金融広報アドバイザー

#### 【2部】ヨガ・ピラティス

講師：樋口 厚子さん  
(フリースポーツ・インストラクター)

対象：50歳以上の方

場所：すこやかプラザ ホール

定員：50人(先着) / 参加費：無料

申込み：3月6日(金)より



### ● 支援者交流会

#### 「Let's try! 絵本の読み聞かせ」

子育て支援活動をしている方を対象に、絵本の読み聞かせのコツを学び、交流会も行います。お茶を飲みながら楽しく参加できます。

これから活動を始めてみたい人も、ぜひどうぞ！

日時：3月14日(土) 14:00~15:30

講師：山本 梨香さん(子育て支援グループキララ代表、  
ひょうご絵本の伝承師)

対象：子育て支援に関わっている、  
または関心のある方

場所：すこやかプラザ ホール

定員：20人(先着)

参加費：無料

申込み：受付中

すこやかプラザにて電話受付  
TEL 06-6418-3463



## 🎵 スタッフ紹介 🎵

毎月1~2人ずつご紹介。いよいよ最後の1人です！



福祉担当

わたなべ まり  
**渡辺 真理** です。

<ニックネーム>

子どもの頃 まっさん

現在 まりさん



① 出身 埼玉県

② 尼崎の好きなところ

「WALTER PEAK FARM」(武庫之荘)  
大切なお友だちへのプレゼントは、  
いつもココの焼菓子。お絵描きケーキ  
などもしてくれるみたいですよ。

③ マイフォーム

- ・あるものでパッチワーク(古着や着物の古布で)をすること。小物しか作りませんが...
- ・ジビエ肉をつかった料理。お友だちが持ってきてくれたシカ肉でカレーをつくってジビエパーティー?! をしました! おいしかったです~(^\_^)v





人の物 自分の物と 勘違い

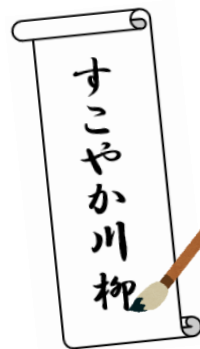
ちんちんママ

ポポちゃんの ちっちゃい靴を 履く娘

ココママ

穴あいた 障子をくぐる 子のおしり

母には無理です



ロビーの机にて募集中！  
あなたの一句が選ばれるかも？  
日常の何気ない出来事を、  
五・七・五にこだわらず  
気軽に書き留めて…  
みんなでクスッと  
笑ってみましょう。

# 尼崎市立すこやかプラザ

(指定管理者 認定NPO 法人子どものみらい尼崎)

〈開館時間〉 午前9時～午後5時  
〈休館日〉 毎週水曜日・年末年始  
(土日祝は開館)

## 《パル》 親子で自由に遊べるプレイルームです

- 利用時間 午前9時～午後5時 ●対象 就学前のお子さんと保護者
- 子どものみでの利用不可(子どもトイレ、授乳スペースあり)

## 《親子ランチルーム》 お弁当などを持ち込んでご利用いただけます

- 利用時間 午前11時30分～午後2時30分
- 対象 小学6年生までのお子さんと保護者
- 子どものみ、大人のみでの利用不可(ポット、電子レンジ等は置いていません)

## 《一時あずかりルームとんとん》 お子さんをお預かりします

- 利用時間 午前10時～午後3時 ●対象 6カ月～就学前のお子さん(定員5人)
- 料金 350円/30分(1回1時間以上)
- 要予約 予約は利用日の3カ月前から2日前まで \*経験豊富な保育士2人が常駐!

## 《多目的ホール》 貸室しています(有料)

- 利用時間 午前9時～午後9時
- 対象 営利目的以外の利用  
(ホール内では飲食できません)
- 予約は利用月の3カ月前の月初から
- 利用3日前までに要入金
- ホールは水曜日利用可、年末年始のみ休み

〒660-0052 兵庫県尼崎市七松町1丁目3番1-502号  
フェスタ立花南館5F

TEL06-6418-3463 / FAX06-6418-3464  
E-mail sukoyakaplaza@nifty.com



### アクセス

JR立花駅改札を出て南へ徒歩2分  
市バス14・15・30・47番JR立花(上)  
43・49・50番JR立花(下)下車  
民間駐車場あります(有料)



尼崎市立すこやかプラザ

検索



HPでもすこやかプラザ  
だよりを見ることができ  
ます。