7 月 すこやかプラザだより

発行 平成 29年7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

梅雨入りとカエルの話

6月上旬の梅雨入り宣言後、雨が降らなくてやきもきしていましたが、やっと本格的な季節を迎えたようです。それにしても、田植え後の田んぼにカエルの大合唱を聞かなくなって久しいですね。過日、子ども会の遠足で田舎の畑で野菜の収穫体験をしてきた際、隣の水田にいるおたまじゃくしを見つけた子ども達が大はしゃぎでしたが、その数はほんの数えるほどでした。大げさですが、自然そのものが変わってきていると感じた瞬間でした。

さて、カエルと言えば、最近"茹でガエルの法則*"を肌で感じます。日本は今、お金と安全がまず大事で、権利や自由はあまり重視しない風潮が広がり、徐々に私達の生活基盤を蝕んでいるように思います。気がついたときには茹であがってしまって、既にあとの祭り。そんな日が近づく足音が、私には聞こえてきますが、いかがでしょう。

所長 高田 忍



*茹でガエルの法則: 熱湯に入れられたカエルはすぐに逃げるが、少しずつ水の温度を上げていくと、 気づくのが遅く、逃げられないまま死んでしまう。じわじわ迫る危機を甘く見て いると命取りになるというたとえ。

♪ 事業紹介 ♪

7/24 (月) $\sim 7/30$ (日) の1週間は



浴衣・はっぴ・甚平 など... 夏のよそおいで遊びにきたら プレゼントがもらえるよ。

スタッフも浴衣やはっぴで涼しげにお待ちしています。



みんなで盆踊りを楽しもう♪踊りの先生に教えてもらえるよ! (14時30分ごろ~)浴衣や甚平さんなどがあれば、ぜひ着て遊びに来てね。

日 時: 7月30日(日) 13:30~15:30

場 所: すこやかプラザ ホール

対 象: どなたでも / 参加費: 無料

申込み: 不要。時間内いつでもお越しください。

* 世代間交流広場ほのぼのは毎月最終日曜日に開催!毎月定番のコーナーは、プラレール、ミニアスレチック、クラフト、紙芝居、卓球、アロマハンドトリートメント、いやし・ほぐし等。今月も定番のコーナーはあります。

いつも通りの遊具で遊ぶこと もできるので 2 歳以上の 子どもも参加できます

7月特別版 パパとふれあい広場



日 時: 7月30日(日)10:00~12:00

場 所: すこやかプラザ ホール

対 象: 就学前の子どもとその男性保護者

定 員: なし / 参加費: 無料

申込み: 不要。直接会場にお越し下さい。

■ ハイハイレースについて ■

パパとふれあい広場の時間内(10:30~11:30)に、会場の一角で、ハイハイする赤ちゃん対象のハイハイレースと親子でのふれあい遊びをおこないます。申込みは不要ですので、気軽にご参加ください。

- ハイハイレースの受付は 10:30 に締め切ります。
- ハイハイレースは親子でのふれあい遊びの一環として おこないます。
- お気に入りのおもちゃを持ってきても OK です。
- 時間中は、応援席を設置しますので女性保護者の方も 入室できます!

~・~「パパとふれあい広場」って? ~・~

毎月最終日曜日(10:00~12:00)に開催している 男性保護者と子どもだけの広場です♪ 時間内いつでもどうぞの広場。

7月の平宝

火 水 十 \Box 10 月分ホール 利用受付開始 3 4 5 9 音楽&運動ひろば ファミリー スクール9 陽だまリズム 館 おもちゃクリニック 10 11 ファミリー 13 14 15 16 悠友サロン 12 スクール⑩ 絵本読み聞かせ会 乳幼児救命講座 介護とリハビリ 絵本読み聞かせ会 セミナー 17 海の日 18 19 20 元気アップ講座 21 22 23 30 代からの健康 (受付終了) ひッインズ広場 づくりセミナー 館 ひぴよぴよタイム 24 25 26 27 29 28 わいわい育児 30 働くママの おしゃべりタイム ひパパとふれあい広場 でほのぼの広場 4 6 31

事前申込み必要①

● わいわい育児トーキング

「育休中のママ集まれ!」

をテーマに講師を交えてお話を。

日 時:7月28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:**7月6日(木)**より

● すこやか元気アップ講座

日 時:8月17日(木) 10:00~12:00

[1部] 尼崎の子どもたちの今

講 師:尼崎市 こども政策課

[2部] ロコモ予防の体操

講 師:スポーツ振興事業団

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: 7 月 6 日(木)より

すこやかプラザにて電話受付 TEL 06-6418-3463

● 知って得する! 介護とリハビリセミナー

今後の自分や家族のために、制度や技術など、 介護の基礎を一緒に学びませんか? 高齢者支援 の専門職が、みなさんの質問にお答えします。

日 時:7月15日(土) 13:00~15:00

内 容:介護保険制度の基礎知識

講 師:立花南地域包括支援センター 頼末 拓也さん

対象:関心のある方/定員:20人(先着)

場 所:すこやかプラザ ホール

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

協 力:尼崎市 立花北・南地域包括支援センター



上段:午前 下段:午後

場所: ホール (ラランチルーム

すこやかおもちゃクリニック (市)

9日(日) 13:30~15:30

おもちゃドクターが、家庭の壊れた おもちゃを修理します。直接お持ち下さい。 *おもちゃは1回につき、**3個まで**です。



絵本大好き!読み聞かせ会 🥱

10日(月) 10:30~11:00/15:00~15:30

手遊びや読み聞かせの楽しい時間。(各回先着 15 組) *開始90分前から整理券を配布します。



シニアのためのしゃべり場 悠友サロン

10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♪

働くママのおしゃべり time





30日(日) 10:00~11:15

"働くママ"のための交流会です。育休ママもどうぞ。

ろば(時間内いつでもどうぞ)



音楽&運動ひろば 陽だまリズム

9日(日) 10:00~12:00

音楽と運動をみんなで楽しむ広場です。音楽か運動(木) が好きな方ならどなたでも参加できます。得意な楽器 がある方はご持参ください。



17 日(月·祝) 10:00~12:00

多胎児親子の交流広場。妊婦さんも参加 OK です。 今月はファミリーディとして、衣類の交換会を実施。

ぴよぴよタイム

7月はお父さんも OK! 歯医者さんによる 歯のお話もあります。

17日(月·祝) 13:30~15:30

(水)

8カ月くらいまでの赤ちゃん とお母さんの交流広場。



共催:保健所健康增進課



パパとふれあい広場

30日(日) 10:00~12:00

お父さんと就学前のお子さんの遊び場。



世代間交流広場 ほのぼの

30日(日) 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。

事前申込み必要②

▶ もしもの安心!"乳幼児救命講座"

乳幼児の一次救命処置について学びましょう!

日時:7月15日(土) 10:00~12:00

師:川西 貴志さん(小児救急看護認定看護師)

象: H27.7 月~H29.1 月生まれの子ども

(第一子)の保護者

所:すこやかプラザ ホール

員:20人(先着) / 参加費:無料 定

児:満6か月~2歳 ※講座と一緒に申込み

託児料:500円/1人 定 員:10人

*AED(自動体外式除細動器)を使った心肺蘇生法の実習が ありますので、動きやすい服装でご参加ください。

*お子さんを同伴してのご受講はできません。

申込み:<u>受付中</u>

すこやかプラザにて電話受付

TEL 06-6418-3463

キレイと元気をチャージする! 30代からの健康づくりセミナー(託児付)

あなたの人生、いつまでもかっこよく、美しく。 なりたい自分に近づくための健康応援メニューです。

時:7月18日(火) 10:00~12:00

容:骨量測定とお話&リラックスヨガ

象:30歳代・40歳代の女性 妏

所:すこやかプラザ ホール 婸

員:30人(先着) / 参加費:無料 定

児:1歳から就学前の子ども ※講座と一緒に申込み

定 員:10人 託児料:500円/1人

申込み: 7月4日(火)より

【申込み】コールセンター TEL 06-6375-5639

【問合せ】保健所健康増進課 TEL 06-4869-3053



すこやか情報局



すこやか 絵本総選挙

くりかえし が楽しい絵本 ♪

<! 乗>「あっぷっぷ」 作:中川 ひろたか 絵:村上 康成

いろんな動物やママとあっぷっぷ する本。くり返し何回も遊びました。 pn.はるちゃん



<1 乗>「いないいないばああそび」 作・絵:きむら ゆういち

たくさんのしかけがあって、1 歳 前後の子は喜ぶこと間違いなしの 絵本です! pn.ひょこ

〈1票〉『なーらんだ』 作・絵:三浦 太郎

O 歳の息子に読むと、よく聞いてくれます。 とても分かりやすくて可愛くて、ほのぼのした 気持ちになります。 pn.もりとも 2016年11月~12月の間、PALの絵本コーナーで、おすすめ 絵本を書いて貼ってもらう「すこやか絵本総選挙」を開催しました。

複数票入ったのは1冊(2票)だけで、他はすべて1票のものばかりでした。今回はそのうちの8冊をご紹介します。

夏 これからの時期におススメ!

<1 票>「ノンタン おしっこ しーしー」 作・絵:キヨ/ サチコ

おトイレに興味を持ちだした時に凄く助かります。

pn.かれん

投

<1 票> 「ねないこだれだ」 作・絵:せな けいこ

買ったその日に20回も読むほど楽しいようです。寝る前に読むことにしています。

pn.おばけ



小学生 のおススメ

<1 票>「わたしのいもうと」 作:松谷 みよ子 絵:味戸 ケイコ

〈1 票〉「100 万回生きたねこ」 作・絵:佐野 洋子

<1 票>『ことわざ絵本』 作·絵: 五味 太郎



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)

《一時あずかルルームとんとん》 お子さんをお預かいします

- ●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!

〒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 阪神バス尼崎市内線(幹線)

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)



●ホールは水曜日利用可、年末年始のみ休み●対象 営利目的以外の利用●利用3日前までに要入金●利用時間 午前9時~午後9時

小一ル》 貸室しています(有料

的

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。

尼崎市立すこやかプラザ