

7

# すこやかプラザだより

発行 平成 30 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

## ヘルプマークを知っていますか？

絵本『おしっこちょっぴりもれたろう』（ヨシタケシンスケ作/PHP 研究所発行）を読みました。

主人公の男の子はおしっこを少し漏らしてパンツを濡らすので、お母さんに叱られます。「ズボンはいたらわからないから いいじゃない」と思いながらも、“もれたろう”で困っている人が他にもいるんじゃないかと探してみます。すると、服のチクチクが気になって困っている子、靴下がずれて困っている子、ハウレンソウが歯にはさまって取れずに困っている子に出会い、「そこからみたらわかんないけど、みんなそれぞれ そのひとにしかわかんない こまったことがあるんだな・・・」とつぶやくのです。



私が毎朝乗るバスに、カバンに“ヘルプマーク”を付けた人がいます。ヘルプマークは、外見からは分からなくても、周囲の人に援助や配慮を必要としている人がつけるものだそうです。

“もれたろう”のように、見えにくい「困った」に気づく人になりたいですね。

副所長 鈴木 久美子

## 事業紹介

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

### 第4回 パパとふれあい広場 de

0・1 歳児

## ハイハイレース day

日程：7月29日(日)

パパとふれあい広場は・・・ 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 / 申込み：不要

無料

ハイハイレースは・・・ 10:30～11:30

パパとふれあい広場の時間内に、会場の一角で、ハイハイする赤ちゃんを対象に実施します。申込みは不要ですので、気軽にご参加ください。

受付：10:00～10:30 / 定員：30人(先着)

対象：ハイハイする子どもとその男性保護者

- 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。レースなので順位は付けますが、賞品はなく参加者みんなで子どもたちを見守る“世界でいちばん平和なレース”です。
- お気に入りのおもちゃを持ってきて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！

7/23(月)～7/29(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。

みんなの縁側 / 世代間交流広場  
ほのほの



## あま 尼の夏まつり

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29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ほのは毎月最終日曜日に開催！  
毎月定番のコーナーは、ボードゲーム、プラレール、折り紙、紙芝居、卓球、アロマハンドトリートメント等。  
今月も定番のコーナーはあります。

🕒 時間内いつでもどうぞの広場。

# 7月の予定

上段：午前 下段：午後

月	火	水	木	金	土	日
25	26	27	28	29	30	1 ファミリースクール⑨
2	3 ファミリー スクール⑩	4 休館日	5	6	7 乳幼児の事故 予防講座	8 音楽&運動ひろば 陽だまりズム  おもちゃクリニック
9 悠友サロン 絵本読み聞かせ会	10 絵本読み聞かせ会	11 休館日	12	13	14	15
16 🕒 ツインズ広場  🕒 びよびよタイム	17	18 休館日	19 元気アップ講座 (受付終了)	20	21	22
23	24	25 休館日	26 ゆかた&はっぴ Week	27 わいわい育児 トークング	28	29 働くママの おしゃべりタイム 🕒 パパとふれあい広場 🕒 ほのほの広場
30	31					

事前申込み不要

場所：(ホ)ホール (ラ)ランチルーム

## すこやかおもちゃクリニック (ホ)

8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。\*おもちゃは1回につき3個まで。



## シニアのためのしゃべり場 悠友サロン (ホ)

9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♪

## 絵本大好き! 読み聞かせ会 (ラ)

9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。



## 働くママのおしゃべりtime (ラ)

29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 陽だまりズム (ホ)

8日(日) 10:00~12:00

音楽と運動をみんなで楽しむ広場です。幼児の運動あそびコーナーもあります。



## ツインズ親子広場 (ホ)

16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。



ファミリーディです。小学生以上も参加可能!衣類の交換会もおこないます♪

## びよびよタイム (ホ)

16日(月・祝) 13:30~15:30

8か月くらいまでの赤ちゃんとお母さんの交流広場。



お父さんも参加OK。栄養士さんによる離乳食のお話もあります!

## 世代間交流広場 ほのほの (ホ)

29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。



7月特別編!  
“尼の夏まつり”  
詳細は  
1ページで...

## パパとふれあい広場 (ホ)

29日(日) 10:00~12:00

男性保護者と就学前のお子さんの遊び場。

ハイハイレース day  
詳細は1ページで...



事前申込み必要

場所：(ホ)ホール (ラ)ランチルーム

### わいわい育児トーク ⑤



「子どもの生活リズム」  
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：7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)

定員：10人(先着) / 参加費：無料

申込み：7月6日(金)より → すこやかプラザにて電話受付  
TEL 06-6418-3463

### すこやか元気アツアツ講座 (ホ)

日時：8月16日(木) 10:00~12:00

【1部】子育て支援とすこやかプラザの活動  
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)

【2部】ヨガ・ピラティス

講師：樋口 厚子さん

対象：50歳以上の方

定員：50人(先着) / 参加費：無料



← 申込み：7月5日(木)より

### 乳幼児の事故予防と応急手当法講座 (ホ)

講師と一緒に子どもの事故予防について考え  
いざという時の応急手当を学びます。  
意外に危険な家の中の安全対策を学びましょう。



日時：7月7日(土) 10:00~12:00

講師：川西 貴志さん(兵庫県立尼崎総合医療センター  
小児救急看護認定看護師)

対象：H28.7~30.4月生まれの子ども(第一子)の保護者

定員：20人(先着) / 参加費：無料

託児：満6か月~2歳 ※ 講座と一緒に申込み

定員：10人 託児料：500円/1人

\* お子さんを同伴してのご受講はできません。

申込み：~~受付中~~

好評につき申込み受付  
終了しました。  
次回は12月15日(土)  
に開催予定です。

### ふたごのための育児教室 (ホ)



日時：8月6日(月) 10:00~11:30

内容：「ふたごの子育て、親育ち~先輩ママのお話~」

\* 座談会も行います！妊婦さんもお越しください。

講師：東 好美さん

対象：多胎児の親子または妊娠中の人

参加費：無料

託児：先着12人(6か月~就学前)、無料  
[6か月未満児は同室でスタッフによる見守り]

共催：保健所健康増進課

✓ 詳しい内容の問い合わせ・申込みは

尼崎市保健所健康増進課  
TEL 06-4869-3033



### 地域の小学生とおじいちゃんおばあちゃんと一緒にクッキング (ホ)

日時：8月24日(金) 10:00~12:00

内容：野菜のヒミツを探ってみよう！

【お話】野菜のヒミツ！~おいしいトマトができるまで~

講師：小寺 清隆さん(「コテラトマト」生産者)

【実習】野菜をおいしく食べよう！~夏野菜のピザ作り~

講師：坂本 美由紀さん(尼崎市南部保健福祉センター 管理栄養士)

これでみんなも野菜博士！？学んで、作って、食べて、  
きっと野菜が好きになるプログラムです！



場所：尼崎市保健所 栄養室(すこやかプラザと同じフロア内)

共催：尼崎市保健所健康増進課・尼崎市南部保健福祉センター地域保健課

対象【定員】：

① 小学生【20人(先着)】

② 概ね50歳以上のシニア【10人(先着)】

\* 小学生とその祖父母での参加も可能です。

参加費：無料

持ち物：筆記用具、エプロン、三角巾  
タオル、水筒

申込み：7月14日(土)より

すこやかプラザにて電話受付  
TEL 06-6418-3463





### ～ 季節のたより ～



夏を感じる日差しの日が増えてきました。暑さに弱い私は、例年夏が近づくと「嫌だなあ」と思うのですが、今年からは違います！\(^o^)/

1年ほど前から、高校生の娘の影響で改めて邦楽ロックを聴きだし、ライブにも足を運ぶようになりました。とくに「夜の本気ダンス」というバンドがお気に入り、関西圏でのライブにはほぼ行っています。3月には結成10周年イベントが東京であり、勤務の後に駆けつけました。

何十年ぶりにロックキッズに戻っています(笑)。

夏は各地で様々なロックフェスが開催され、私もチケットを取るのに余念がありません。日焼け対策をしっかりと、野外で音楽を楽しみたいと思います。

(二宮麻子)

### ～ 編集者より ～



七夕の次の日生まれの私。毎年、七夕の夜は「晴れて天の川が見えたらいいな」と何となく思っています。今年は晴れるかな？ 尼崎の夜空には、何が見えるかな？ みなさんぜひ、七夕の夜には空を見上げてみてくださいね！ (柏木宏斗)

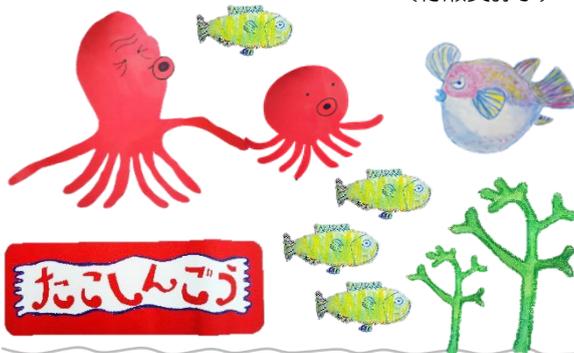


### ～ ロビー参加型壁面担当者より ～

今回のテーマは絵本「たこしんごう」(作・絵：赤川 明)です。

おじいちゃんと孫が、海の中を散歩しています。魚たちが沢山でてきますよ！みなさんも一緒に散歩した気分であ涼しくなってください。

(村瀬美弥子)



### ～ 参加型壁面って？ ～

ロビーのテーブルに置いてある“ぬりえ”に色を塗ったら、裏の両面テープをはがして参加型壁面コーナーに貼ってください！みんなでステキな壁面にしていきましょう～♪

# 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か月～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か月前から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か月前の月初から
- 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

抽選予約の方法はHPでご確認ください。

〒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)



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。