



始まりの年に

あけましておめでとうございます。
皆さんは、どのような気持ちで新年を迎えられましたか。新しく何かが始まる時は、心が弾み、ワクワクした気持ちになるものですね。今年は、5月に元号も変わるので、日本中がお祝いムードになるのではないのでしょうか。

とはいえ、私たちの生活に大きな変化があるわけではなく、日々の暮らしは続いていきます。朝起きて、今日の天気はどうだろうと空を見上げて深呼吸。家族や親しい人と言葉を交わし、身近な自然に目を向ける、そんな何気ない日常を大切にしていきたいものです。

クロッカスの 固き花芽の萌もすごと ぽちりと 吾子の前歯 生え初はむ (俵万智)

わが子の成長をうんと楽しめる1年になるといいですね。

副所長 鈴木 久美子

事業紹介

毎月最終日曜日
に開催!

働くママ の おしゃべりtime

&育休
ママも大歓迎!



こんな時、他のママはどうしてるの?おしゃべりしてスッキリ! 育休中の方も参加して、情報交換できますよ♪

日時: **1月27日(日) 10:00~11:15**

対象: 働きながら子育てする母親
育休中の母親(子ども同伴可)

場所: すこやかプラザ ランチルーム

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

パパ広場を同時開催!



パパとふれあい広場

日時: 毎月最終日曜日 **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

毎月第2日曜日
に開催!

みんなの縁側
音楽&運動ひろば

陽だまりズム



音楽と運動をみんなで楽しむ広場です。

音楽ではギター、ウクレレ、ハーモニカなどの伴奏に合わせて、その日のリクエストソングをみんなで歌います。(楽器の持参大歓迎! みんなでセッションしましょう♪)

運動では、小学生から大人まで一緒に、卓球やバドミントン、長縄やフラフープなどを使って遊べます。トランポリンやブランコつきジャングルジムなど、幼児が体を動かして遊べる遊具もたくさんあるので、未就園の子どもでも楽しめますよ!

日時: **1月13日(日) 10:00~12:00**

対象: 音楽か運動が好きな方

場所: すこやかプラザ ホール

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

持ち物: 得意な楽器がある方はご持参ください



月	火	水	木	金	土	日
31	1 元日 	2	3	4	5	6
*12月29日(土)～1月3日(木)は年末年始休館日です。						
7	8	9 休館日	10	11 認知症サポーター養成講座	12 乳幼児救命講座	13 音楽&運動ひろば 陽だまりズム
14 成人の日 悠友サロン 絵本読み聞かせ会	15 絵本読み聞かせ会	16 休館日	17 元気アップ講座 (受付終了)	18	19	20 おもちゃクリニック
21 ツインズ広場	22	23 休館日	24 子育て支援者養成講座	25 わいわい育児 トーキング	26	27 働くママのおしゃべりタイム 
🕒 びよびよタイム						🕒 ほのほの広場
28	29	30 休館日	31	1	2	3

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)

13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)

14日(月・祝) 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)

14日(月・祝) 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)

27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)

13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)

21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。



世代間交流広場 ほのほの (ホ)

27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。



びよびよタイム (ホ)

21日(月) 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。



パパとふれあい広場 (ホ)

27日(日) 10:00～12:00

男性保護者と就学前のお子さんの遊び場。



事前申込み必要

場所：(ホ)ホール (ウ)ランチルーム

わいわい育児トークン (ウ)



「集団生活に入る前の心構え」
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：1月25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：1月7日(月)より

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463

申込み：1月8日(火)より

すこやか元気アツアツ講座 (ホ)

日時：2月21日(木) 10:00~12:00

【1部】自分らしく暮らし続けるために
短編映画「いのちに寄り添う～ターミナルケアと人権～」

【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



子育て支援者養成講座「尼崎の児童虐待の現状とは」 (ホ)

尼崎市の担当課の方をお招きし、市内で起きている虐待の現状や、対応をお話して頂きます。一緒に考え、できることや気をつけることを学びましょう。

日時：1月24日(木) 10:00~11:30

講師：春名 孝志さん(尼崎市こども総合相談第二担当)

対象：子育て支援に関わっている人、関心のある人

定員：20人(先着) / 参加費：無料

申込み：1月4日(木)より

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463



*当講座を受講すると「すこやかプラザサポーター」に登録いただけます。地域の親子の為に、すこやかプラザの子育て支援事業をサポートして下さる方をお待ちしています！

発達セミナー「どうしてそうなるの？不器用・ぎこちなさの裏側を知ろう」 (ホ)

「どうしてこんなことができないの?」「なかなか意図が伝わらない…」「身体の使い方がおかしいかも?」など、発達に気になる子どもの育ちを学びます。

1回目は講師のお話を聞き、2回目は具体的な援助の仕方や、参加者からの疑問や相談を基に、アドバイスを頂きます。ぜひ、2回ともご参加ください。

日時：第1回 2月16日(土) 14:00~16:00

第2回 2月23日(土) 14:00~16:00

講師：高畑 芳美さん(神戸育ちと学びの支援室 TAⅡ 主宰)

対象：発達が気になる子ども(幼児)の保護者

定員：20人(先着) / 参加費：無料

託児：生後6か月~未就学児 10人
(託児料500円)

*子どもを連れての受講はできません。
託児をご利用ください。



申込み：2月4日(月)より

↑受付開始は2月に入ってからです。
参加希望の方はご確認ください。

神戸市立幼稚園教諭時に、「きこえとことばの教室」「そだちとこころの教室」を担当。現在は特別支援教育士SV・臨床発達心理士・言語聴覚士として活躍するかたわら、大阪保育福祉専門学校、池坊短期大学で教鞭もとっている。明るく明快的語り口と、わかりやすい話が特徴。

ふたごのための育児教室 (ホ)



日時：2月4日(月) 10:00~11:30

内容：「親子で遊ぼう Time」

講師：認定NPO法人子どものみらい尼崎

対象：多胎児の親子

参加費：無料

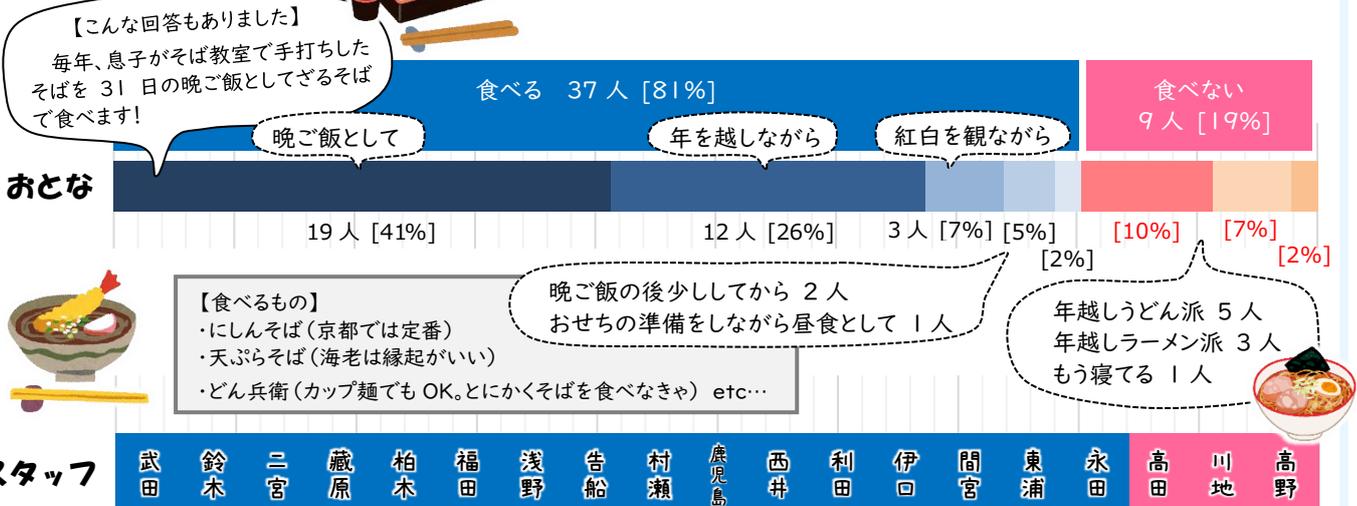
主催：保健所健康増進課

✓ 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



パルとロビーで、ちょっとアンケート!



【年越しそばってなぜ食べるの?】 いろんな説がありますが、その内の4つをご紹介します。

- ・そばは細く長いので、「長寿」「延命」を願って食べる。
- ・そばは切れやすいことから、一年間の労苦や災厄をきれいに切り捨てて新しい年を迎えるため。
- ・ソバは風雨に叩かれてもその後の晴天で日光を浴びると元気になる事から、「健康」の縁起を担っている。
- ・金銀細工師が散らかった金粉を集めるためにそば粉を使ったことから、「金運」を呼ぶ縁起物と言われるため。



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。