

萌ゆる春に

寒さも緩みいよいよ春です。桜と並び春の花の代表といえば、チューリップ。私は去年の秋にチューリップの球根を植えました。植えたばかりの頃は、しっかりと根を張るようにこまめに水をやり、その後は球根が腐らない程度に加減しました。冬になり、本当に芽が出るのか心配しながら世話を続けていたら、1月末、土の上に小さな緑の芽が顔を出しました。寒さに耐えながら、見えない土の下でしっかり準備をしていたのです。2月、その芽は少しずつ生長していきました。



チューリップの芽を見て、ふと子育てと似ているなど思いました。子どもは愛情をたっぷり受けると、しっかりと根をはり、芽を出す準備をします。育つ力を球根のように心に蓄えて、やがてそれぞれの人生の花を咲かせるのです。親の役割は、子どもの育つ力を信じながら愛情をたっぷり注ぐことではないでしょうか。

春になって、どんな色の花が咲くのか楽しみです。

副所長 鈴木 久美子

事業紹介

春休み

オセロ大会

in
すこやか
プラザ

今年も開催！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30日(土)

10:00 ~ 練習用に会場を開放します

13:00 ~ 受付・説明

(13:15 エントリー締切り)

13:30 ~ 試合開始

内容：

- ①幼児の部
- ②小学生低学年の部
- ③小学生高学年の部
- ④中学生以上（成人含む）の部

参加賞&
賞品あるよ!!



各部ごとに対戦します。各部1位から3位
まで賞状と賞品授与。全員に参加賞あり！

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

第6回 パパとふれあい広場 de

0・1歳児

ハイハイレース day

日時：3月31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

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！

無
料

月	火	水	木	金	土	日
25	26	27	28	1	2	3
4	5 赤ちゃんがきた！	6 休館日	7 30代からの健康づくりセミナー	8	9	10 音楽&運動ひろば 陽だまりスム おもちゃクリニック
11 悠友サロン 絵本読み聞かせ会 認知症サポーター養成講座 絵本読み聞かせ会	12 赤ちゃんがきた！	13 休館日	14 子育て支援者養成講座	15	16	17
18 🕒 ツインズ広場 🕒 びよびよタイム	19 赤ちゃんがきた！	20 休館日	21 春分の日 元気アップ講座 (受付終了)	22 わいわい育児トーク	23	24
25	26 赤ちゃんがきた！	27 休館日	28	29	30 春休み オセロ大会	31 働くママのおしゃべりタイム 🕒 パパとふれあい広場 ハイハイレース day 🕒 ほのほの広場

事前申込み不要

場所：(ホ)ホール (ラ)ランチルーム

おこやかおもちゃクリニック (ホ)

10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)

11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)

11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)

31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 陽だまりスム (ホ)

10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。



世代間交流広場 ほのほの (ホ)

31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。



ツインズ親子広場 (ホ)

18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。



びよびよタイム (ホ)

18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)

31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：㊶ホール ㊷ランチルーム

わいわい育児トーク ㊷



「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22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：**3月5日(火)**より →

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463

← 申込み：**3月7日(木)**より

すこやか元気アツアツ講座 ㊶

日時：**4月18日(木)** 10:00~12:00

【1部】立花周辺の史跡と文化財

講師：尼崎市教育委員会歴博・文化財担当 職員

【2部】自力整体

講師：西谷 みどりさん(予防医学指導士)

対象：50歳以上の方

定員：50人(先着) / 参加費：無料



共催：保健所健康増進課

子育て支援者養成講座

こども総合案内窓口ってどんなところ？ ㊶

子育て支援者を対象としたこの講座では、市役所北館にある「こども総合案内窓口」について、担当課職員から話を聞き、支援での活用の仕方を学びます。

日時：**3月14日(木)** 10:00~11:30

講師：嶋吉 由妃さん(尼崎市役所こども家庭支援課)

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：受付中

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 ㊶

日時：**3月7日(木)** 10:00~11:30

内容：骨量測定と簡単クッキング

場所：すこやかプラザ ホール・保健所 栄養室

対象：30歳代・40歳代の女性

定員：30人(先着) / 参加費：無料

託児：1歳から就学前の子ども ※ 講座と一緒に申込み

定員：12人 託児料：500円/1人



尼崎市保健所健康増進課
TEL 06-4869-3033

申込み・問合せ：

認知症サポーター養成講座 ㊶

日時：**3月11日(月)** 13:15~14:45

- 内容：
- ・認知症とは？
 - ・認知症の人との接し方
 - ・認知症の人の思いや介護する家族の思い
 - ・認知症予防
 - ・認知症サポーターとして出来ること

*認知症サポーターとは・・・

キャラバン・メイトによる「認知症サポーター養成講座」を受けた人のこと。何か特別なことをする人ではなく、認知症について正しく理解し、認知症の方やそのご家族を温かく見守る応援者(サポーター)です。自分のできる範囲(家族や職場、地域など)で活動しています。



講師：キャラバン・メイト

対象：尼崎市在住・在勤・在学の方

定員：30人(先着) / 参加費：無料

申込み：尼崎市コールセンターにて受付中
TEL 06-6375-5639

✓ 主催・問い合わせは

尼崎市役所包括支援担当課
TEL 06-6489-6356

※講座修了者にはサポーターの証であるオレンジリングを渡します。



すこやかサポーターって？



すこやかプラザの様々な事業で、親子の見守りや講座中の子どもの預かり、絵本の読み聞かせなどをしてくださるボランティアさん。子育て支援に関わる養成講座を受講し、研鑽を積み重ねています。現在の登録は49名。

サポーター歴7年

宝持 マチ子 さん

- ① 今から十数年前現役の頃、すこやかプラザへ原稿を置かせて頂いた事があります。当時の対応がとても良く心に残っており、将来何か関わりができればいいなと常に思っておりました。その夢が叶い現在に至っており、嬉しい気持ちです。
- ② すこやかプラザのスタッフ、サポーターさんがファミリー的な雰囲気とても居心地がいいです。サポーターとして色々な活動に参加し、現在は子ども食堂にも関わらせていただいております。子どもの笑顔が一番の宝です。



質問① サポーターになったきっかけは？

質問② サポーターになってよかったことは？

サポーター歴5年

荒井 佳美 さん

- ① 昔から、子どもと関わることがとても好きでした。私が子ども好きと知っていた友だちが、既にすこやかプラザでサポーターとして活動していて、紹介してもらいました。
- ② 子どもたちと関わることで、とても癒され元気をもらっています。活動をしていると心が穏やかにになり優しい気持ちになれるので、これからも続けていきたいなと思っています。



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。