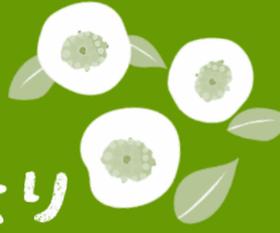


12月
December

すこやか プラザだより



発行 2019年12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

天道虫(てんとうむし)のように

1年で一番大きなイベント「すこやかまつり in 尼が咲き」が11月16日に終わりました。企画から準備まで長く関わってくださった実行委員さん、当日各ブースを盛り上げてくださったボランティアさん、そして来場者の皆さん、ありがとうございました。

開催10回目を祝う“てんとう(10)虫”の仮装をはじめ、“10”をテーマにしたさまざまなコーナーを楽しんでいただけたでしょうか。てんとう虫に変身した子どもたちが、とても微笑ましく、すこやかプラザらしさを演出してくれていましたね。

さて、令和最初の年が終わろうとしています。今年も大きな自然災害が起こり、明るい話題ばかりではありませんでしたが、皆さんにとってはどのような1年でしたか。

揺れながら 前へ進まず 子育ては おまえがくれた 木馬の時間 (俵万智)

迷ったり悩んだりのゆらゆらとした時間も、かけがえのないものですね。

副所長 鈴木 久美子

事業紹介

初めての赤ちゃんの
パパ・ママへ…

乳幼児の

事故予防と応急手当法講座

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。これを機会に、安全対策を見直してみましょう。

日時: **12月14日(土) 10:00~12:00**

講師: 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 川西 貴志さん

対象: 0歳~平成29年12月生まれの
第一子の保護者

場所: すこやかプラザ ホール

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受講はできません。

申込み: **11月28日(木)**より

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463

もしもの安心!

“乳幼児救命講座”

いざという時あわてないように、講座と実習で乳幼児の一次救命処置について学びましょう!

日時: **1月11日(土) 10:00~12:00**

講師: 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 川西 貴志さん

対象: 0歳~平成30年1月生まれの
第一子の保護者

場所: すこやかプラザ ホール

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

*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: **12月21日(土)**より

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463



※この事業で使用する人形・AEDは、公益財団法人JR西日本あんしん社会財団の、2018年度AED訓練器等助成事業より受領しました。

12月の予定

🕒 時間内いつでもどうぞその広場

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
*12月は「わいわい育児トーク」が第3金曜日に、「パパ広場」「働くママ」「ほのぼの」の日程が第4日曜日になっています。ご注意ください。						
2	3 ファミリー スクール⑩	4 休館日	5	6	7 ちびっこ クリスマス会	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 ふたごのための 育児教室	11 休館日	12	13	14 乳幼児の事故予防 と応急手当法講座	15
16 🕒 ツインズ広場	17 認知症サポーター 養成講座	18 休館日	19 元気アップ講座 (受付終了)	20 わいわい育児 トーク	21	22 働くママの おしゃべりタイム 🕒 パパとふれあい広場 🕒 ほのぼの広場
23	24	25 休館日	26	27	28	29(日)~1月3日(金) 年末年始休館日

事前申込み不要

場所：📍 ホール 📍 ランチルーム

すこやか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、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 📍

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 📍

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 📍

22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 📍

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。



世代間交流広場 ほのぼの 📍

22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 📍

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 📍

22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ング



「子育て中のリフレッシュ」
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：12月20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：12月5日(木)より

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463

参加費：無料

申込み：12月5日(木)より

すこやか元気アップ講座

日時：1月16日(木) 10:00~12:00

【1部】笑いヨガ

講師：坪井 恭一さん (Laughter Yoga International University 認定 笑いヨガリーダー)

【2部】チェアエクササイズ

講師：地福 恵子さん

対象：50歳以上の方 / 定員：50人(先着)

参加費：無料



ふたごのための育児教室

日時：12月10日(火) 10:00~11:30

内容：「集団生活に向けて、聞いてみよう」

*座談会も行います！妊婦さんもお越しください。

講師：森 光子さん
(ひょうご多胎ネット・元幼稚園教諭)

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
*託児は定員に達しました。

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



知って得する！介護とリハビリセミナー

~介護保険制度の基礎知識~

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：1月18日(土) 13:00~15:00

講師：頼末 拓也さん
(立花南地域包括支援センター長)

協力：尼崎市 立花南・北地域包括支援センター

対象：関心のある方

定員：30人(先着) / 参加費：無料

申込み：12月12日(木)より

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463



認知症サポーター養成講座

日時：12月17日(火) 10:00~11:30

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。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。

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：受付中↓

主催・問合せ↓

尼崎市コールセンター
TEL 06-6375-5639

尼崎市包括支援担当課
TEL 06-6489-6356



実習生が来ます！

12月16日(月)~20日(金) 園田学園
女子大学人間看護学科の学生が実習に来ます。
看護師を目指す学生が、地域子育て支援の現場での親子の様子を知る実習です。
みなさんと話すことが勉強になるので、気軽に声をかけてくださいね。



すこやかプラザ主催の事業は、【午前の事業】午前9時の時点
【午後の事業】正午(午後0時)の時点で尼崎市に大雨・洪水・
暴風警報のいずれかが発令されている場合、中止となります。



12月
December



季節の花
【和名】
椿 (ツバキ)
【洋名】
Camellia
【花言葉】
控えめな
素晴らしさ

毎月第2月曜日

【午前の部】 10:30-11:00

【午後の部】 15:00-15:30

絵本大好き！ 読み聞かせ会

0歳児から就学前まで参加できる、親子で絵本に親しむ読み聞かせ会です！「すこやかサポーターさんによる読み聞かせタイム」と「保護者のおひざで絵本タイム」があります！！

12月の開催日は**9日(月)**。午前の部に來た方は、「悠友サロンのおじいちゃん、おばあちゃんと合同のクリスマス会」に参加できるよ！



定番の「だるまさんが」みんな一緒に「どてっ！」

パルに新しく入った本や、読み聞かせ会でしか出さない本など、絵本の紹介もしています。



「読み聞かせ会」と「悠友サロン」はどちらも第2月曜日開催。一緒にクリスマスを楽しめたらと、交流イベントを毎年開催しています。簡単なプレゼントを作って交換をしたり、クリスマスソングを歌ったり、大型絵本を観たり、みんなで楽しみましょう！

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・受付時間 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
- 利用開始までに要入金
- 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。

