

想像力をはたらかせる

先月、すこやかプラザの隣のビルで火事がありました。すぐに消火されましたが、立花駅周辺は一時、視界が悪くなるほどの煙で、階段をつたって、すこやかプラザまで煙やその臭いが上がってきました。今回、火災の怖さを思い知らされたと同時に、もしもすこやかプラザが入っているビルの火事だったら？ たくさんの親子が参加するイベントの最中だったら？ 障がいのある方が近くにおられたら？ など想像してみました。

災害は、いつどこで起こるかわかりません。日頃から「もしも・・・」と考えて部屋の中を整えたり、防災グッズを用意したりすることはもちろん、いざという時に自分や身近な人の命を守るにはどのように行動するか、想像してみることが大切ですね。

阪神淡路大震災から 25 年。想像を超える被害があったことを忘れてはいけませんね。

副所長 鈴木 久美子



事業紹介



子どもの月齢が近い
ママと話したいな

困っているのは、
私だけ？

新米ママセミナー



赤ちゃんとの暮らしが
スタートしたけれどちょっぴり不安…
子育て初心者のママ同士で、
交流しながら育児の基本を学び合いましょう

日時：**3月3・10・17・24日(火)**
13:30~15:00 (全4回)

内容：赤ちゃんについての学習と仲間づくり
対象：3~6か月の子どもと母親(第1子)
場所：すこやかプラザ ホール
定員：10組(先着)

参加費
無料

申込み：**2月6日(木) 9:00**より

← 左のQRコードを読み取って
専用申込みフォームからお申込みください！
すこやかプラザのHPからも申込み可能です。

※フォームが利用できない方は次のアドレスまで。
sukoyakayoyakusenyou@gmail.com

タイトル：新米ママセミナー申込み
本文：①保護者氏名(ふりがな) ②子どもの名前(ふりがな)
③子どもの生年月日 ④電話番号 ⑤メールアドレス
⑥志望動機 を書いてください。

支援者養成講座 ③ 発達セミナー



発達障がい・ からだの課題と導きのコツ

「言葉が遅い」「人との関わり方が気になる」「うちの
子、何かよその子と違う…？」 その背景には、子ども
が抱える身体的な課題があるのかもしれませんが。この
講座では、身体課題と言語やコミュニケーションの発達
との関係を知り、対処の仕方や運動指導のコツを学
びます。

日時：**2月29日(土) 13:30~15:30**

講師：西村 猛さん
(神戸ことばとからだの発達相談室ゆす代表
・理学療法士)

対象：保護者、支援者、興味がある人
場所：すこやかプラザ ホール
定員：20人
託児：生後6か月~未就学児 10人
(託児料500円)

参加費
無料

*子ども連れでの受講は不可。託児をご利用ください。

申込み：**2月4日(火)**より

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|--------------|-----------|-------------------------|-----------------------|-------------------------------|---|
| 27 🌱 | 28 | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 |
| 3 ふたごのための 育児教室 | 4 | 5 休館日 | 6 | 7 | 8 | 9 音楽&運動ひろば 陽だまりズム おもちゃクリニック |
| 10 悠友サロン 絵本読み聞かせ会 絵本読み聞かせ会 | 11 建国記念の日 | 12 休館日 | 13 | 14 🌞 | 15 介護とリハビリ セミナー | 16 |
| 17 🌱 ツインズ広場 🌱 ぴよぴよタイム | 18 | 19 休館日 | 20 元気アップ講座 (受付終了) | 21 | 22 | 23 天皇誕生日 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 |
| 24 振替休日 | 25 | 26 休館日 | 27 | 28 わいわい育児 トークング | 29 支援者養成講座 (発達セミナー) | 🌱 |

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 🏠

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。*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 🏠

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♪

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。



働くママのおしゃべりtime 🍷

23日(日・祝) 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 🏠

9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 🏠

23日(日・祝) 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 🏠

17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 🏠

17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 🏠

23日(日・祝) 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



「集まろう！育休ママ」
をテーマに講師を交えてお話を。

日 時：2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)

定 員：10人(先着) / 参加費：無料

申込み：2月6日(木)より →

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463

← 申込み：2月6日(木)より

すこやか元気アップ講座

日 時：3月19日(木) 10:00~12:00

【1部】若さを保つ秘訣

【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：2月3日(月) 10:00~11:30

内 容：「親子で遊ぼう Time」

*座談会も行います！妊婦さんもお越しください。

講 師：岩佐 恵子さん 西口 真美さん
(認定NPO法人子どものみらい尼崎)

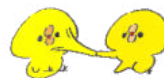
対 象：多胎児の親子または妊娠中の人

参加費：無料

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



親子で楽しむ 離乳食講習会

日 時：2月27日(木) 10:00~11:30
(受付は当日会場で。9:45~10:00 締切)

対 象：概ね4か月~9か月の赤ちゃんと保護者


内 容：赤ちゃんの発達に合わせた離乳食の進め方

- ① お話「離乳食の開始~3回食への進め方」
- ② メニュー紹介・試食
「おとなごはんと一緒に作れる取り分け離乳食」

持ち物：あまっこ元気ブック、筆記用具など
(↑こんにちは赤ちゃん事業にて配布しています)

定 員：なし / 参加費：無料

申込み：不要。当日直接会場へお越しください

主 催：尼崎市北部・南部保健福祉センター 

北部地域保健課 管理栄養士まで
TEL 06-4950-0637

問合せ：

知って得する！介護とリハビリセミナー②

~プロが教える介護のポイント~

介護には悩みや不安がつきものです。今回は実際に車いすやベッドを使い、介助の実技をします。自分のために、そして家族のためにも「互いに優しい介護のコツ」を“介護のプロ”から学びましょう！

日 時：2月15日(土) 13:00~15:00

講 師：竹本 勝則さん
(社会福祉法人あかね 特別養護老人ホーム
ロータス・オデオン所属 ケアマイスター)

協 力：尼崎市 立花南・北地域包括支援センター
株式会社 Action ONE

対 象：関心のある方 / 定 員：30人(先着)

参加費：無料

申込み：受付中

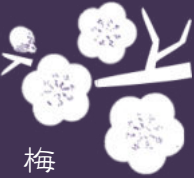
すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463



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。



2月
February



梅

季節の花
【和名】
梅 (ウメ)
【洋名】
Japanese Plum
blossom
【花言葉】
不屈の精神
高潔

毎月第4金曜日 10:00-11:00

わいわい育児
トークング



過去にはこんな
テーマがありました

- | | |
|-----------|------------------|
| 子どもと習い事 | 集まろう！通勤族ママ |
| 子どものしつけ | 子育て中のリフレッシュ |
| きょうだい育児 | 子ども・テレビ・スマホ |
| 集団生活に入る前に | 集まろう！アラフォーママ |
| 子どもの生活リズム | 子どものもめごと?!どう考える？ |



子育てや生活を楽しむための、ちょっとした工夫やコツを、講師を交えた仲間と一緒にわいわい話してみませんか？

毎月違うテーマでお話しします。2月のテーマは「集まろう！育休ママ」。開催日は**28日(金)**です。参加するには、事前申込みが必要です。

託児はありませんが、すこやかサポーターさんが子どもを見守ってくれるので、子ども連れでも安心して参加できます。



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・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。

