

12月

師走 | December

すこやか
プラザ だより尼崎市立
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

はや師走

今年は、新型コロナへの対応に追われる1年でした。

多くのイベント、行事が中止や、規模の縮小等に追い込まれました。とくにさまざまな季節行事が中止となったため、季節の移り変わりがあまり感じられず、いつの間にか早や年末を迎えるという感じです。

すこやかプラザでは、できるだけイベント、事業の継続に努めました。季節の行事としてのハロウィンやすこやかまつり、また今月のクリスマス会などは工夫を凝らして実施しています。

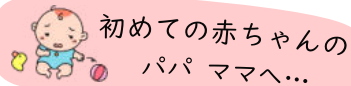
これから予想される冬のコロナ第3波を乗り越えるため、引き続き万全の対策を講じていきたいと思っておりますので、利用者の皆様のご協力をお願いします。

所長 高田 忍



事業紹介

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16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 川村 桃子さん対 象: 0歳~2歳児(第一子)の保護者
*お子さんを同伴しての受講はできません。

場 所: すこやかプラザ ホール

定 員: 12人(申込先着) / 参加費: 無料

申込み: 12月18日(金)より

すこやかプラザ
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・2020年
度 AED 訓練器等助成事業より受領しました。

感染症予防にご協力ください m(_ _)m

**全ての入館者と事業参加者
へのお願い** (入館時の注意事項)

小学生以上 マスク着用



体温計測

アルコール消毒

- 小学生以上の方はマスクを着用し、全員の体温計測と手指のアルコール消毒にご協力をお願いします。
- 入館者、事業参加者は全員、入館記録に氏名、電話番号を記入してからの入館となります。
- すこやかプラザの事業は、感染症予防のために開催時間や内容を変更したり、入場制限を行ったりと、通常とは異なる場合があります。各事業の詳細については直接お問い合わせください。



12月の予定

月	火	水	木	金	土	日
30	1 ファミリー スクール⑨	2 休館日	3	4	5 乳幼児の事故予防 と応急手当法講座	6
7 ふたごのための 育児教室	8 ファミリー スクール⑩	9 休館日	10 認知症サポーター 養成講座	11	12	13 小学生ひろば 陽だまりズム ちびっこ クリスマス会 おもちゃクリニック
14 悠友サロン	15 介護セミナー	16 休館日	17 元気アップ講座	18 わいわい育児 トークン	19	20 🕒 パパとふれあい広場 ひろば
21 🕒 ツインズ広場 🕒 ぴよぴよタイム	22	23 休館日	24 離乳食講習会	25	26	27
28	29 12/29~1/3 年末年始休館日	30	31	1	2	3



*12月は「わいわい育児トークン」が第3金曜日に、「パパ広場」が第3日曜日になっています。ご注意ください。



掲載しているイベントは、変更の可能性があります。最新の情報はHPでご確認ください。

HP [<http://sukoyakaplaza.la.coocan.jp/>]はこちらから →



実習生が来ます！

12月1日(火)～4日(金) | 12月8日(火)～11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。



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 📍

13日(日) 13:30～15:00

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 📍

14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♪

🕒 ろば (時間内いつでもどうぞ)

小学生ひろば 陽だまりズム 📍

13日(日) 10:00～11:30

小学生が運動を楽しむ広場として再開。小学生のきょうだいがいる幼児とその保護者も参加可能。



ツインズ親子広場 📍

21日(月) 10:00～11:30

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 📍

21日(月) 13:30～15:00

8か月くらいまでの赤ちゃんとお母さんの交流広場。



世間交流広場 ほんのぼろ 📍

20日(日) 中止 10:00

赤ちゃんとおじいちゃん、おばあちゃん、誰でも参加できる広場です。



パパとふれあい広場 📍

20日(日) 10:00～11:30

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：㊦ホール ㊧ランチルーム

わいわい育児トーク



「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18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：5人(申込先着)

参加費：無料

申込み：12月7日(月)より →

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

← 申込み：12月6日(日)より

すこやか元気アップ講座



日時：12月17日(木) 10:00~11:15
1月21日(木) 10:00~11:15

*2か月同じ内容です。(どちらか1回申込み可能)

内容：消費者トラブルについて

講師：尼崎市消費生活センター 職員

対象：50歳以上の方

定員：各回30人(申込先着) / 参加費：無料



ふたごのための育児教室



日時：12月7日(月) 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

定員：5組(申込先着) / 参加費：無料

託児：なし(子どもの同伴可)

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

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：12月24日(木) 11:00~12:00

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「離乳食の開始から3回食への進め方」

② メニュー紹介

「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、お茶など
(↑こんにちは赤ちゃん事業にて配布しています)

定員：10組(申込先着) / 参加費：無料

主催：尼崎市北部・南部保健福祉センター



申込み：12月4日(金)より

南部地域保健課
TEL 06-6415-6342

✓ 詳しい内容
の問い合わせは

北部地域保健課
TEL 06-4950-0637

知って得する！介護セミナー



~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：12月15日(火) 14:00~15:00

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：15人(申込先着) / 参加費：無料

申込み：12月4日(金)より

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463



認知症サポーター養成講座



日時：12月10日(木) 10:00~11:30

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：15人(申込先着) / 参加費：無料

✓ 詳しい内容の
問い合わせ・申込みは

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お渡しします。

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。





パル・ロビー・ランチルーム (利用における注意事項)

ランチルーム
利用不可

赤ちゃん
ルームを設置

① ランチルームは「赤ちゃんルーム (8か月児までのお部屋)」として利用します。飲食はできません。

入れ替え制
(閉室時間あり)

② パル(概ね1・2歳児)・ロビー(概ね3歳~6歳児)・赤ちゃんルーム(概ね8か月児まで)は、以下の3つの時間区分での入れ替え制となります。

9:00-11:00 / 12:00-14:00 / 15:00-16:45

それぞれの終了時刻には、全員退出してもらい、おもちゃの入れ替え、消毒、換気を行います。

時間区分につき
各室定員5組

③ パル・ロビー・赤ちゃんルームは、それぞれ定員を5組とし、おもちゃの数もかなり減らしています。入館できない場合や長時間の利用をお断りする場合がありますので、ご了承ください。

季節の果物
りんご



一年中出回っているりんご。旬は10月~12月頃だそうです。クリスマスツリーのオーナメントにもなっていますが、その由来を知っていますか？

中世ドイツ、キリストの誕生日を祝うお祭りの舞台で「アダムとイブ」に出てくる禁断の果実(りんごの木)を再現。冬なのでりんごの木に葉はなく、もみの木にりんごを付けて代用したのがきっかけと言われています。

多目的ホール 貸室 (利用における注意事項)

入室は定員の
半数程度

手洗いを
敢行

入口扉の
開放

名簿の
保管

① A室・C室は概ね15名以内、B室は概ね25名以内での利用をお願いします。

② 入室前の手洗いを徹底し、換気のために入口の扉は開けておいてください。

③ 代表の方は、入室された方のお名前と連絡先を1か月程度保管しておいてください。



12月
師走 | December

旧暦【和風月名】

師走(しわす)

現在の12月下旬から2月上旬頃

■代表的な由来「師が走り回る月」

師が忙しくて走り回る月。師が誰を指すのかは、僧侶、御師(寺社の参拝客を世話する人)、教師など複数の説がある。

■覚え方

師走

「12月 年末 せわしわす」

NHK Eテレ【0655・2355】の歌『かなりくるしい だじやれDE一年間』より

一時預かりルーム とんとん

通常通り 10:00-15:00(定員5人)で実施。同居家族に体調不良の方がいる場合は利用できません。



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)

〒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)

〈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)

[<http://sukoyakaplaza.la.coccan.jp/>]



← HPはこちらから

HPでもすこやかプラザだよりを見ることができます。

