

6月

水無月 | June

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

## プラス思考で

コロナ関連のニュースを見聞きすると、家族や職場での会話がどうしても、ネガティブ（否定的）になってしまいがちです。先の見えない状況が長引いているので、仕方のないことですが、よくなったことを思い浮かべたり、口にしたりしませんか。

例えば、「外食が減ったおかげで、これまでしなかったメニューも料理するようになってレパートリーが増えたわ」とか、「時間に余裕ができたから、イライラすることが減ったなあ」など。肯定的な言葉を声に出すことで、思考もそちらに向かいます。

先日、ロビーで遊ぶ2歳くらいのお子さんが、トランポリンで跳ねながら、「わー楽しいな〜」「おもしろい」と笑顔で何度も声に出すので、聞いているスタッフもなんだか楽しい気持ちになりました。言葉には波及効果があるのですね。この子の家庭では「楽しい」「おもしろい」「おいしい」「かわいい」などの肯定的な言葉を多く使っているのでしょう。

小さな子どもから、大切なことを教わった気がしました。

所長 鈴木 久美子

## 事業紹介

## わいわい育児トーキング

日時：6月25日(金) 10:00~11:00

テーマ：子どもと私のライフプラン

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)

申込み：6月4日(金)より



## すこやか元気アップ講座

日時：7月15日(木) 10:00~11:15

内容：健康で美しく過ごす秘訣とフレイルのお話

講師：近畿中央ヤクルト販売株式会社 職員

対象：50歳以上の方

定員：30人(申込先着)

申込み：6月6日(日)より



《4つの事業全て》

- ・会場：多目的ホール
- ・参加費：無料

・申込先：

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

緊急事態宣言延長に伴い、6月20日までのすこやかプラザが主催するイベント・講座は全て中止です。それ以降についても変更・中止の可能性があります。

## 乳幼児の事故予防と応急手当法講座

日時：7月10日(土) 10:00~12:00

講師：川村 桃子さん(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)

対象：第一子が0歳~2歳児の保護者

定員：20人(申込先着)

託児：なし \*子どもを同伴しての受講はできません。

申込み：6月18日(金)より

## 支援者養成講座

## 尼崎市子どもの育ち支援センター「いくしあ」って?

日時：6月28日(月) 10:00~11:30

講師：尼崎市子どもの育ち支援センターいくしあ 職員

対象：子育て支援に関わっている又は、これから始めたいと思っている人

定員：20人(申込先着)

申込み：6月6日(日)より





淡路島はしらすの有名な産地で、生しらすを食べられる数少ない地域のひとつです。淡路島のしらすはカタクチイワシの稚魚で、成長するとだしに使う「いりこ」の原料になります。資源保護目的の禁漁期間があり、例年4月下旬～11月末まで漁がおこなわれます。現地では食べられなかった生しらすも、最近はお取り寄せ可能になったようです。

# すこやか情報局

## 新型コロナウイルス感染症対策



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）

アルコール消毒

体温計測

小学生以上  
マスク着用

入館記録

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。



### 館内図



### パル・ロビー・ランチルームの注意事項

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。

ランチルーム利用不可  
（飲食できません）



赤ちゃんルームを設置

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、下の3つの時間区分での入れ替え制となります。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、換気をします。

利用時間は3区分

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

③ 定員は下の通りとし、おもちゃの数もかなり減らしています。入館できない場合がありますのでご了承ください。

定員は パル+ロビー 10組 / 赤ちゃんルーム 5組

### 多目的ホール 貸室の注意事項

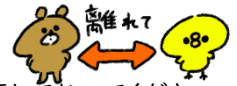
入室は定員の  
半数程度

手洗いを  
取行

入口扉の  
開放

名簿の  
保管

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。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。



緊急事態宣言延長に伴い、6月20日（日）まで夜間利用は20時までです。

### 一時預かりルーム とんどの注意事項

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.coocan.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。

