

1月

睦月 | January

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

謹賀新年

明けましておめでとうございます。

今年の干支は「寅」ですね。そもそも「干支」とは、「十干」と「十二支」の組み合わせの呼び方です。「十干」とは、物事を10に区切って数えるときに使われる呼称です。音読みで「甲」「乙」「丙」「丁」「戊」「己」「庚」「辛」「壬」「癸」。十二支はお馴染みの動物達、訓読みで「子」「丑」「寅」「卯」「辰」「巳」「午」「未」「申」「酉」「戌」「亥」です。

その言い方で表すと今年は「壬寅」、訓読みで「きのえのとら」です。一方、日本史の出来事では音読みが多く、「壬申の(年に起きた)乱」や「戊辰(の年に起きた)戦争」と呼びますね。

年賀状にはどんな寅が描かれていましたか？

副所長 高田 忍



事業紹介

オンライン版

パパと絵本 de あそぼ

パパと一緒に  の楽しさを♪

日時：1月22日(土) 14:00~15:00

場所：オンライン (Zoom形式) / 参加費：無料

対象：就学前の子どもとその男性保護者

定員：10組 (抽選)

申込み：専用申込みフォームより→

【締切】1月15日(土)



尼崎市立すこやかプラザは

- 親子がつどう広場(バル・ロビー)の提供
- 子どもの一時預かり(とんとん)の提供
- 子育てや福祉の相談、情報提供
- さまざまな講座・イベントの開催
- 多目的ホール貸室の提供



などを行っています。

みんなのコンサート

～ 子どもからおとなまでみんなが楽しめる
サクソアンサンブルのコンサート ～

日時：1月15日(土) 14:00~15:00

2月11日(金・祝) 14:00~15:00

*どちらか1回申込み可能です。

場所：多目的ホール

対象：どなたでも / 参加費：無料

定員：各40人(申込先着)

申込み：1月6日(木)より

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

協力：(有) ハーモニー楽器

出演：サクソアンサンブル チョップスティックス
尾野香代子さん・山岡由起子さん演奏曲：1月 どこかで聞いたことのあるクラシック&映画音楽
2月 歌いつがれる童謡唱歌・名作アニメ・歌謡曲

月	火	水	木	金	土	日
					1 元日 12/29~1/3	2 年末年始休館日
3 休館日 	4	5 休館日	6	7	8 乳幼児救命講座	9 みんなのひろば 陽だまりスム おもちゃクリニック
10 成人の日 悠友サロン	11	12 休館日	13	14	15 みんなのコンサート	16
17 🕒 ツインズ広場	18	19 休館日	20 元気アップ講座	21	22 子育て支援者 養成講座	23
🕒 ぴよぴよタイム					オンライン版 パパと絵本 de あそび	
24	25	26 休館日	27 離乳食講習会	28 わいわい育児 トークキング	29	30 🕒 パパとふれあい広場
						🕒 ほのほの広場
31						



掲載しているイベントは、変更や中止の可能性が
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 →



事前申込み不要

場所：多目的ホール

すこやかおもちゃクリニック

9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

10日(月) 10:00~11:15 定員 20人

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♪

ひろば (時間内いつでもどうぞ)

みんなのひろば 陽だまりスム

9日(日) 10:00~11:30 定員 20人

体を動かして楽しむための子どもの広場。



ツインズ親子広場

17日(月) 10:00~11:30 定員 15組

多胎児親子の交流広場。

プレママ・プレパパ
参加 OK!



ぴよぴよタイム

17日(月) 13:30~15:00 定員 20組

8か月くらいまでの赤ちゃんとお母さんの交流広場。

プレママ
参加 OK!



世代間交流広場 ほのほの

30日(日) 13:30~15:00 定員 30人

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。



パパとふれあい広場

30日(日) 10:00~11:30 定員 15組

男性保護者と就学前の子どもの遊び場。

プレパパ(プレママも)
参加 OK!



事前申込み必要

場所：多目的ホール

わいわい育児トーク



「集団生活に入る前に」
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：1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(申込先着) / 参加費：無料

すこやか元気アップ講座

日時：1月20日(木) 10:00~11:15

*12月と同じ内容です。(どちらか1回申込み可能)

内容：知らないのはわたしだけ？
絶対に役に立つ「予防救急」

講師：尼崎市消防局救急課 職員

対象：50歳以上の方

定員：30人(申込先着) / 参加費：無料



申込み：1月7日(金)より

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

申込み：受付中

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、講話と実習で
乳幼児の一次救命法を学びましょう！

日時：1月8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
*子どもを同伴しての受講はできません。

定員：20人(申込先着) / 参加費：無料

申込み：受付中

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463



子育て支援者養成講座

知っておこう！乳幼児救命法

日々の活動の際の子どもの異変をいち早く察知
し、対応する術を学びます。AEDを使用した心肺
蘇生法の実習も行います。

日時：1月22日(土) 10:00~11:30

講師：応急手当普及員

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：10人(申込先着) / 参加費：無料

申込み：受付中

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。



親子で楽しむ 離乳食講習会

日時：1月27日(木) 10:00~11:00

内容：お話「離乳の開始から3回食への進め方」
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」

対象：おおむね4か月~9か月までの子どもと
その保護者(保護者のみの参加も可能)
*離乳食を開始してからの受講がおすすめです。

定員：5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：1月6日(木)より

南部地域保健課
TEL 06-6415-6342



認知症サポーター養成講座

日時：2月8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 など

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組(申込先着) / 参加費：無料

主催：尼崎市役所包括支援担当

申込み：1月6日(木)より

包括支援担当
TEL 06-6489-6356



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。





播磨灘で養殖される牡蠣は、山々から流れ込む豊富な栄養分と徹底した生産数管理のもと1年で立派に成長するため「1年牡蠣」と呼ばれます。クセがなく食べやすいのが特徴で、牡蠣が苦手だった人がファンになる場合も多いといます。また、加熱しても縮みにくく、鍋にすると見た目がふっくら。食感もぷりぷりで、違いがよくわかります。

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

ランチルーム利用不可

定員 20組

- ① ランチルームは利用できません。(すこやかプラザ内には飲食できるスペースはありません。授乳、水分補給のみ可能です。)
- ② パル・ロビーの定員は合わせて20組とし、おもちゃの数もかなり減らしています。入館できない場合がありますので、ご了承ください。

利用時間は2区分

9:00-12:00 / 13:00-16:45

- ③ パル・ロビーは上の2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、換気を行います。

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

通常通りの定員でご利用頂けますが、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。



一時預かりルーム とんとんの注意事項

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.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。

