

## 幸せを感じる時間

これまで感染対策のためパルの絵本を減らしていましたが、1月のリニューアル以降は、本棚にたくさんの絵本を戻しました。

最近絵本を開く親子の姿をよく見かけるようになりました。読んでもらっている子どもはもちろん、読んであげているお母さん、お父さんもとても穏やかな表情で、見ているこちらも幸せな気持ちになります。

教育心理学者の秋田喜代美さんは、赤ちゃんにとっての絵本は「心のミルク」だと表現しています。肌のぬくもりを感じながら親子一緒に絵本を開く心地よい時間は、子どもたちの心の栄養となり、成長の礎となるでしょう。

すこやかプラザの入口（自動ドア）横の本棚の絵本は貸出できます。お気に入りの1冊を見つけて、自宅でも幸せの時間を過ごしてくださいね。

所長 鈴木 久美子

## 事業紹介

### 乳幼児の

## 事故予防と応急手当法講座

子どもの成長とともに、心配も増えますね。家庭内に潜む危険に気づき、その対策を学びましょう。総合病院の小児救急看護認定看護師から、実例を聞ける機会です。

日時：**6月18日(日) 10:00~12:00**

申込み：**6月5日(月)**より

### もしもの安心!

## 乳幼児救命講座



あんなに元気だったのに、どうしよう！  
乳幼児は予想外の行動をしたり、体調が急変したりすることがあります。もしもの時に備えて、講義と実習で心肺蘇生法を学びましょう。

日時：**7月8日(土) 10:00~12:00**

申込み：**6月22日(木)**より

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：0歳～2歳児(第一子)の保護者（\*子どもを同伴しての受講はできません）  
場所：多目的ホール / 定員：20人（申込先着） / 参加費：無料



講師等の  
詳細は  
共通です



### 尼崎市立すこやかプラザは

- 親子がつどう広場(パル)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。



託児：10人(満6か月～2歳児)

\*託児料 一人につき500円

\*講座と一緒に申込みください

申込み：上記日程より電話または来所で

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463



🕒 時間内いつでもどうぞの広場

# 6月の予定

上段：午前 下段：午後

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4 ファミリースクール⑤
					子育て支援者 養成講座	
5	6	7 休館日	8	9	10	11 みんなのひろば 陽だまりズム
						おもちゃクリニック
12 悠友サロン	13 ファミリー スクール⑥	14 休館日	15 元気アップ講座 認知症サポーター 養成講座	16	17 みんなのコンサート	18 乳幼児の事故予防と 応急手当法講座
19 🕒 ツインズ広場	20 ファミリー スクール⑦	21 休館日	22 幼児食講座	23 わいわい育児 トークング	24	25 🕒 パパとふれあい広場
🕒 びよびよタイム	介護セミナー					🕒 ほのほの広場
26	27 ファミリー スクール⑧	28 休館日	29	30		



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。



事前申込み不要①

場所：多目的ホール

## すこやかおもちゃクリニック

11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

12日(月) 10:00~11:30 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♪

## 🕒 ろば (時間内いつでもどうぞ)

### みんなのひろば 陽だまりズム

11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。



### 世代間交流広場 ほのほの

25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。



### ツインズ親子広場

19日(月) 10:00~12:00 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!



### びよびよタイム

19日(月) 13:30~15:00 定員20組

8か月までの赤ちゃんとお母さんの交流広場。



プレママ  
参加OK!

### パパとふれあい広場

25日(日) 10:00~11:30 定員20組

男性保護者と就学前の子ども遊び場。

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

### わいわい育児トーキング

「集まろう！アラフォーママ」  
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：**6月23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組(申込先着) / 参加費：無料

申込み：**6月6日(火)**より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463



### みんなのコンサート

サクソフォンで奏でる  
クラシック音楽と映画音楽♪

日時：**6月17日(土) 14:00~15:00**

出演：トレフル サクソフォンカルテット

~演奏予定曲~  
カルメン 魔女の宅急便メドレー 情熱大陸 他

対象：どなたでも / 参加費：無料

定員：60人(申込先着)

申込み：**6月9日(金)**より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

協力：(有)ハーモニー楽器



### 子育て支援者養成講座

知っておこう！乳幼児救命法 AED

日時：**6月3日(土) 14:00~15:30**

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

申込み：受付中



### 心と体を育む 幼児食講座

1歳からのすくすく育つことごほん

日時：**6月22日(木) 10:00~11:00**

主催：尼崎市北部・南部保健福祉センター

申込み・問合せ：  
南部地域保健課  
TEL 06-6415-6342



### すこやか元気アツ講座

日時：**6月15日(木) 10:00~11:15**

内容：今日から始める健腸生活~腸の若返りが健康の秘訣~  
講師：村上 昌子さん(近畿中央ヤクルト販売株式会社職員)



日時：**7月20日(木) 10:00~11:15**

内容：チェアエクササイズ  
講師：地福 恵子さん(チェアエクササイズ・インストラクター)



対象：50歳以上の方 \*6月・7月 両方の申込みも可能

定員：60人(申込先着) / 参加費：無料

申込み：**6月6日(火)**より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

### 知って得する！介護セミナー

#### ① フロガ教える介護のポイント

簡単な介護体験や介護技術のデモンストレーションを通して、「優しい介護のコツ」を学びます。

日時：**6月20日(火) 13:30~15:30**

講師：竹本 勝則さん(社会福祉法人あかね所属ケアマイスター)



#### ② 介護保険制度の基礎知識

介護保険制度の利用方法やサービスの種類、費用の例などについて教えて頂きます。

日時：**7月11日(火) 13:30~15:30**

講師：八代 康孝さん(立花南地域包括支援センター長)

\*両方でも、どちらか1回でも受講可能

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：各回15人(申込先着) / 参加費：無料

申込み：①②どちらも

**6月5日(月)**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：**7月8日(土) 14:00~15:30**

申込み：**6月5日(月)**より

尼崎市包括支援担当  
TEL 06-6489-6356

主催・申込み・問合せ：

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。





## 6月の行事

夏至

夏至は二十四節気のひとつで、昼の時間が一年で一番長くなる日。今年6月21日(水)です。関西では、夏至の日にタコを食べる風習があるのをご存じですか？本来は、夏至から11日目にあたる「半夏生」(7月2日頃からの5日間)にタコを食べていました。半夏生は田植えを終わらせる目安とされ、「タコの8本足の吸盤にあやかり稲がしっかりと根を張るように」と豊作を祈願しながらタコを食べたそう。それが変化し、夏至にタコを食べる風習となったようです。明石のタコは夏が旬。タウリンが豊富で、疲労回復や夏バテ防止に効果ありです！

## すこやかプラザの施設紹介

## すこやか情報局

### ～ 子育て相談 ～

子育てに関する相談に、随時スタッフが対応します。専門相談員への相談(電話・面談)をご希望の際は、あらかじめご予約ください。

### すこやかの森 (飲食スペース)

お弁当、おやつ、離乳食などを持ってきて食べることができます。

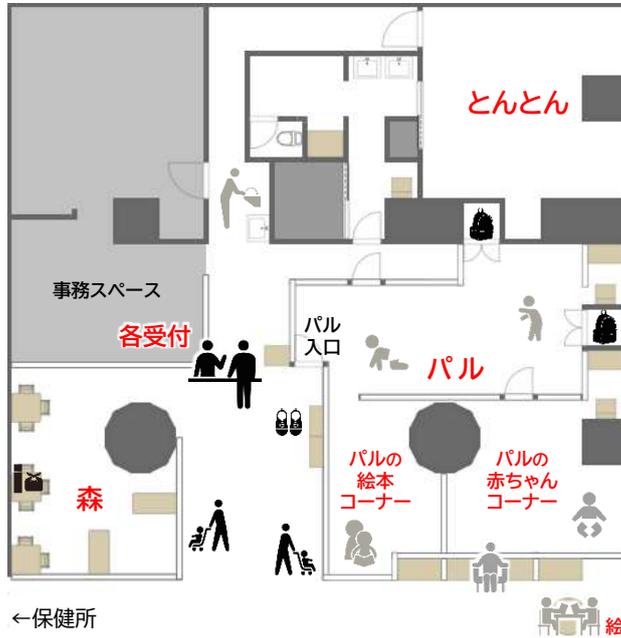
- 時間 9:30～16:30 (30分単位)
- 対象 就学前の子どもとその保護者

- 定員 時間帯あたり4組

\*当日、受付にて希望時間を予約してください。

\*調乳用ポットあります。

\*電子レンジはありません。



←保健所

テラスの絵本コーナー

### 一時預かりルーム とんとん

6か月から就学前までのお子さん保育士が預かりします。(有料)

### 就学前の子どもと保護者の遊び場 パル

お子さんと保護者が一緒に、玩具であそんだり、絵本を読んだりして自由に過ごせる広場です。

- 時間 9:00～17:00
- 対象 就学前の子どもとその保護者
- 定員 同時滞在の定員は15組または40人
- \*定員に達している場合は入室できません。

### すこやかテラス

テーブルとイス、ベンチ、絵本コーナーがあります。受付なしで誰でも利用できます。

### ～ 図書の貸出 ～

- ・パルにある大人向けの図書
- ・テラスの絵本コーナーの絵本は貸出が可能です！詳しくはスタッフまで。



### 多目的ホール

貸室しています。(有料)

広いホールを使って様々なイベントも開催しています。

## 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

(多目的ホールは午後9時まで・水曜日も開館)

〒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



TEL 06-6418-3463

FAX 06-6418-3464

Mail sukoyakaplaza@nifty.com

ホームページ



JR 立花駅

改札から2階通路を南にまっすぐ

阪神バス尼崎市内線(幹線)

14・15・30・47・AD1番 JR立花駅(上)

43・49・50・55番 JR立花駅(下) 下車

南館 3・4階に民間駐車場あり(有料)

南館周囲に民間駐輪場あり(有料)

認定 NPO 法人子どものみらい尼崎  
公式Instagram

すこやかプラザのイベント報告も発信！！

すこやかプラザ  
公式 SNS



←LINE は告知  
Facebook →  
Twitter →  
は報告が中心！

