

# すこやか プラザだより



発行 2023年8月1日

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

## 生演奏のすばらしさを

私たちの身の周りは、さまざまな音であふれています。

町で流れる BGM、電子機器の音、車や電車の走行音から鳥や虫の鳴き声まで、無意識に耳にしている音もあれば、意識して聴く音楽もあります。

音楽を聴くことにはリラックス作用があるといわれていますが、特に生楽器から出る音の周波数は機械から出される音楽の周波数よりも心地よく感じ、脳にも優しいそうです。

すこやかプラザでは、ハーモニー楽器さんのご協力のもと、毎月1回演奏家をお招きして、だれでも参加できる「みんなのコンサート」を開催しています。フルートやクラリネット、サクソなどの木管楽器が中心ですが、時には、オーケストラが来てくれることも。こども連れ用のマット席も用意していますので、生演奏のすばらしさをぜひ体験してみてください。

所長 鈴木 久美子



## 事業紹介



第12回 尼崎市立  
すこやかプラザ de

## 布の絵本と おもちゃであそぼう！

手作りのかわいい布の絵本やおもちゃがすこやかプラザに大集合！親子でいっしょに楽しめるとってもかわいいイベントです。大人の方だけでも楽しめますよ！

日時：**8月5日(土) 13:00~16:30**

**8月6日(日) 10:00~15:00**

場所：多目的ホール

対象：どなたでも / 参加費：無料

定員：なし（混雑時は入場制限あり）

申込み：不要。時間内いつでもお越しください。

共催：兵庫県立神戸生活創造センター

### 尼崎市立すこやかプラザは

- 親子がどう広場(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。



### 超かんたんにできる

布おもちゃ(ストラップ)作りの**ワークショップ**開催！  
(なくなり次第終了)

**5日(土)**

**13:00~ 随時**

(所要時間は15分程度です)

針は使いません。切ったり、貼ったり、保護者の方と一緒に幼児さんでも作れます！

協力グループ  
布あそび

\*写真はイメージです。また、それぞれ数に限りがありますのでご了承ください。



**6日(日)**

**10:00~ 随時**

(所要時間は30分程度  
個人差あり)

針と糸を使って作ります。  
小学生以上~おとな対象です。  
いろいろな種類を少しずつ準備しています！

協力グループ  
ふあーファー

【材料費 50円/1セット】  
フェルトに飾りを貼って作るよ！




協力(布絵本グループ)：

尼崎市 ・布あそび ・ふあーファー  
神戸市 ・さわる絵本れんらく会



月	火	水	木	金	土	日
	1	2 休館日	3	4	5 布の絵本とおもちゃ であそぼう！	6 布の絵本とおもちゃ であそぼう！
7 認知症サポーター 養成講座	8	9 休館日	10	11 山の日	12	13 みんなのひろば 陽だまりズム  おもちゃクリニック
14 悠友サロン	15	16 休館日	17 元気アップ講座	18	19 みんなのコンサート	20
21 🕒 ツインズ広場	22	23 休館日	24	25 わいわい育児 トークング	26	27 🕒 パパとふれあい広場  🕒 ほのほの広場
🕒 びよびよタイム						
28	29	30 休館日	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。





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

**13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

**14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♪



### 🕒 ひろば (時間内いつでもどうぞ)

### プレママ・プレパパ 参加OK!

### みんなのひろば 陽だまりズム

**13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

**21日(月) 10:00~12:00 定員15組**

多胎児親子(未就学児)の交流広場。夏休みのため小学生以上のきょうだいも参加できます!



### 世代間交流広場 ほのほの

**27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。



### びよびよタイム

**21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。



### パパとふれあい広場

**27日(日) 10:00~11:30 定員20組**

男性保護者と就学前の子どもの遊び場。



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



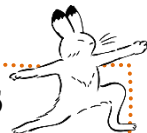
「イヤイヤ期とは？」  
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：**8月25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：**8月7日(月)**より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

### すこやか元気アツアツ講座

日時：**8月17日(木) 10:00~11:15**  
内容：リズム&ストレッチ体操  
講師：久々知良子さん(フィットネス・インストラクター)



日時：**9月21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  
定員：60人(申込先着) / 参加費：無料  
申込み：8月・9月 両方の申込みも可能

### みんなのコンサート

～クラリネットから世界を見ると～

日時：**8月19日(土) 14:00~15:00**  
出演：あいう de トリオ

～演奏予定曲～  
モーツァルト「魔笛」より  
「ガーシュイン・メドレー」  
「クラリネットをこわしちゃった」他



対象：どなたでも / 参加費：無料  
定員：60人(申込先着)  
協力：(有)ハーモニー楽器  
申込み：**8月7日(月)**より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

### パパと絵本 de あそび

パパと一緒に絵本の楽しさを♪

日時：**9月2日(土) 14:00~15:00**  
内容：スタッフによる読み聞かせ、絵本の紹介など  
対象：就学前の子どもとその男性保護者 / 参加費：無料  
定員：[会場] 10組(抽選)  
[オンライン] 5組(抽選)

オンライン(Zoom)  
での参加もOK!



申込み：専用申込みフォームより →



\*締切日：**8月27日(日)**

### ようこそ!フレママ&パパ atびよびよタイム

日時：**9月18日(月・祝) 13:30~15:00**  
対象：第一子を妊娠中の方とそのパートナー  
\*妊婦さんのみの参加も可  
定員：5組(抽選) / 参加費：無料

申込み：専用申込みフォームより →

\*締切日：**9月11日(月)**



### 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：**9月5・12・19日**  
**14:00~15:00 (毎週火曜日・全3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(第一子)と母親  
定員：10組(抽選) / 参加費：無料

申込み：専用申込みフォームより →

\*締切日：**8月17日(木)**



### 認知症サポーター養成講座

日時：**8月7日(月) 10:00~11:30**  
申込み：受付終了

尼崎市包括支援担当  
TEL 06-6489-6356

主催・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。





