

すこやか プラザだより



発行 2023年12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

今年もたくさんの方にすこやかプラザをご利用いただき、また、多くのボランティアさんがご支援くださいましたことに心より感謝申し上げます。

パルとすこやかの森をリニューアルして約1年、「開放的で明るくなった」「食事ができて助かる」などのお声をいただき、利用者数もコロナ以前と近くなりました。

皆さんの日々の生活の中で、ほんの少しでもホッとできる場所でありたいと願いつつ、また新しい年を迎えたいと思います。

最後に俵万智さんの短歌をご紹介します。

永遠に子は陸つづき あかねさす半島として おまえを抱く
(「生まれてバンザイ」より)



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：12月17日(日) 10:00~12:00

申込み：受付中

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：1月13日(土) 10:00~12:00

申込み：12月19日(火)より

講師：川西 貴志さん(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

12月の予定

上段：午前 下段：午後

月	火	水	木	金	土	日
				1	2 ツインズ de クリスマス会	3 ファミリースクール⑨
				← 実習生 →		
4	5 ファミリースクール⑩	6 休館日	7	8	9	10 みんなのひろば 陽だまりズム おもちゃクリニック
← 実習生 →			← 実習生 →			
11 悠友サロン	12 子育て支援者 養成講座	13 休館日	14	15	16 みんなのコンサート	17 乳幼児の事故予防 と応急手当法講座
← 実習生 →						
18 ツインズ広場 🕒 ぴよぴよタイム	19	20 休館日	21 元気アップ講座	22 わいわい育児 トーキング	23	24 パパとふれあい広場 🕒 ほのほの広場
						
25 	26	27 休館日	28	12/29~1/3 年末年始休館		
				*12月は「パパ広場」「世代間交流広場ほのほの」が第4週の開催になっています！ご注意ください。		

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

10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

11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

10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

24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

18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!



ぴよぴよタイム

18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

24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。

プレパパ (プレママも)

参加OK!



実習生が
来ます!

甲南女子大学と園田学園女子大学の学生が実習に来ます。看護師を目指す大学生が、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!



事前申込み必要

わいわい育児トーク



「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: **12月22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: **12月5日(火)**より

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

場所: 多目的ホール

すこやか元気アップ講座

日時: **12月21日(木) 10:00~11:15**

内容: ロコモ予防の体操

講師: 尼崎市スポーツ振興事業団指導員



日時: **1月18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: 12月・1月 両方の申込みも可能

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

12月7日(木)より

みんなのコンサート de クリスマス



~甘い響きでクラリネット
メリークリスマス~

日時: **12月16日(土) 14:00~15:00**

出演: ミルフィーユクラリネットアンサンブル

神戸ハーバーランドの煉瓦倉庫より一緒に演奏するようになったミルフィーユクラリネットアンサンブル。今回はクリスマスの曲目を中心に音楽のプレゼントをお届けします。

~演奏予定曲~

アヴェヴェルムコルプス

あわてんぼうのサンタクロース

ベニー・グッドマンメドレー 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: **12月8日(金)**より

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

子育て支援者養成講座

~支援者のための~乳幼児とあそびの講座

子育て支援者対象のこの講座では、豊富な遊びの知識を持つ講師を迎え、子育て支援の現場で使える遊びや工作を楽しく学びます。

日時: **12月12日(火) 10:00~11:30**

講師: 脇村 典子さん(元幼稚園教諭)

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: 15人(申込先着) / 参加費: 無料

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

申込み: 受付中



ツインズ de クリスマス会 *受付期間終了

日時: **12月2日(土)**

ファミリースクール(ひよこコース)⑨~⑩

*受付期間終了

日程: **12月3日(日)・5日(火)**

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。





12月の行事

大晦日

旧暦では各月の30日を晦日(みそか)と呼んでいました。「みそ」は30の意味で、30歳の三十路(みそじ)と同じ使い方です。その晦日の中でも、1年の締めくりとなる12月の晦日を大晦日と呼びます。大晦日には年越しそばを食べる風習がありますね。「細く長く生きる」という願いを込めた縁起物で、31日なら時間はいつ食べてもいいそうです。そばは切れやすいことから「1年間の苦労や災厄を断ち切る」、金銀細工師が細工時に細工時に出た粉を集めるのにそば粉を使っていたことから、「金運をアップする」という意味もあるそうです。

すこやか情報局

すこやかプラザの施設紹介



～ 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)をご希望の際には、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来て食べることができます。

■ 時間 9:30～16:30 (30分単位)

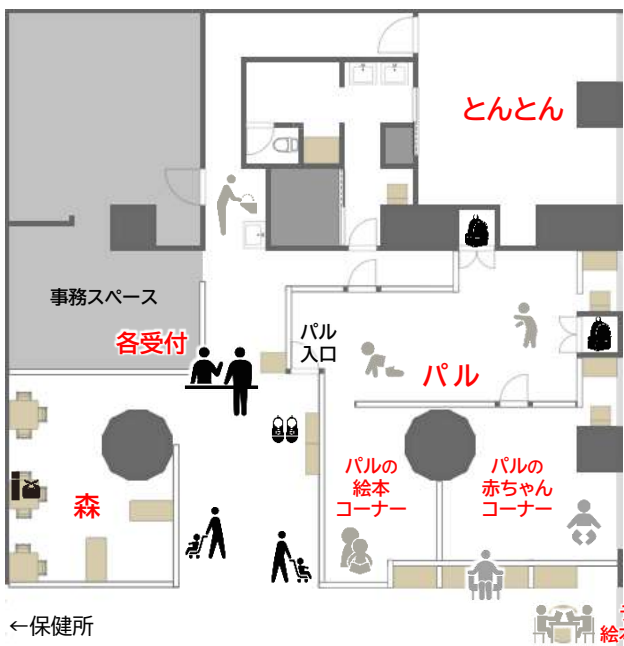
■ 対象 就学前の子どもとその保護者

■ 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。



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)

* 午前 9 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は休館(多目的ホールを除く)となります。



TEL 06-6418-3463

FAX 06-6418-3464

Mail sukoyakaplaza@nifty.com

ホームページ



〒660-0052

尼崎市七松町 1 丁目 3 番 1-502 号
フェスタ立花南館 5F

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)

南館周囲に民間駐車場あり(有料)

すこやかプラザ
公式 SNS



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



認定 NPO 法人子どものみらい尼崎
公式インスタグラム

すこやかプラザのイベント報告も発信!!

