

すこやかプラザだより



December 12 2024



発行 2024年12月1日
尼崎市立
すこやかプラザ
指定管理者
NPO 法人子どものみらい尼崎

「すみません」と「ありがとう」

落とし物を拾って渡した時に、電車で席を譲った時に、まず言われる言葉は「すみません」が多い気がします。私はその度に(謝られることはしていないやけどなあ)と思ってしまいます。とっさに出る言葉が「すみません」なのは、謙虚さを良しとする日本の風潮なのか？と素人分析を試みますがどうなのでしょう。

そこで、私が人に何かをしてもらった時はまず「ありがとう」を言うようにしています。子どもの頃の私は、家ではおおむね不機嫌だったのですが(家族よごめんなさい！)、そんな私に母が「あなたは何にでも『ありがとう』が言えるね」と言ってくれたことが大きいかもしれません。母から言われた時の気持ちを忘れず、これからも「ありがとう推し」でいきます！

子育て支援担当 二宮 麻子



事業紹介

重要なお知らせ

現在、空調機の入替工事をおこなっており、11/28(木)～すこやかテラスが一部使用できません。



パル・とんとん・すこやかの森・多目的ホールの工事は完了しました！

- *パル・とんとんは10月末から通常の場所に戻って再開しています。
- *多目的ホールの貸室、ホールで開催するイベント・講座は11/30(土)から通常通り実施しています。

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。



詳細はこちら

要申込み

みんなのコンサート

～うたとクラリネットのハーモニーをピアノに乗せて～

子どもから大人まで、みんなが楽しめるコンサートです。みんなで楽しもう！音楽のある世界。

日時：12月21日(土) 14:00～15:00

出演：Pianeta

神戸女学院大学で学んだ3人で結成したアンサンブルグループ。沢山の方々に音楽の魅力や楽しさを伝えていきたいと2021年より活動をスタート。老人ホームや幼稚園など幅広い世代に向けた演奏活動を行っている。

～ 演奏曲目 ～

クリスマスメドレー アメージンググレイス 他

場所：多目的ホール / 参加費：無料

対象：どなたでも / 定員：70人(申込先着)

申込み：12月12日(木)より

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 実習生	3 実	4 休館日	5 実	6 実	7	8 🕒 ツインズ広場 おもちゃクリニック
9 実	10 実	11 休館日	12 実	13 実	14	15 乳幼児の事故予防と 応急手当法講座
16 実 🕒 陽だまりズム	17 実	18 休館日	19 元気アップ講座	20 わいわい育児 トークング	21	22 🕒 パパとふれあい広場
🕒 ぴよぴよタイム					みんなのコンサート	🕒 ほのほの広場
23 悠友サロン	24	25 休館日	26	27	28	12/29~1/3 年末年始休館日



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 | 参加費：無料

すこやかおもちゃクリニック

8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

23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)

みんなのひろば 陽だまりズム

16日(月) 10:00~11:30 定員 30人

体を動かして楽しむための広場。年齢問わずどなたでもどうぞ。



世代間交流広場 ほのほの

22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

プレママ・プレパパ
参加OK!

8日(日) 10:00~12:00 定員 15組

多胎児親子の交流広場。



ぴよぴよタイム

プレママ
参加OK!

16日(月) 13:30~15:00 定員 25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

プレパパ (プレママも)
参加OK!

22日(日) 10:00~11:30 定員 25組

男性保護者と就学前の子どもの遊び場。



**実習生が
来ます!**

園田学園女子大学・甲南女子大学の看護師を目指す大学生が親子の様子を知る実習に来ます。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!



絵本読み聞かせ

すこやかサポーターによる手遊びや絵本の読み聞かせなどを、パルの中で約15分間おこないます!
*申込みは不要ですが、パル内で実施するためパルが定員に達している場合は入室できません。

日時: 12月1日(日)11:00・10日(火)14:00・19日(木)11:00・26日(木)11:00



事前申込み必要

場所: 多目的ホール | 参加費: 無料

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20日(金) 10:00~11:00

講師: 濱田 格子さん
(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)

申込み: 12月6日(金)より

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463



すこやか元気アップ講座

日時: 12月19日(木) 10:00~11:15

内容: 高齢者の運動と正しい姿勢について

講師: 市民健康開発センターハーティ 21 理学療法士



日時: 1月16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)

申込み: 12月・1月 両方の申込みも可能

専用フォームで応募

ファミリースクール(ひよこコース)

親子で一緒に楽しく遊びながら、仲間を見つけませんか。
製作や運動遊び等、様々なプログラムで、親子のふれあい
や仲間づくりをお手伝いします。

日時: 1月14日(火)~2月18日(火) 10:00~11:00
毎週火曜日 全6回

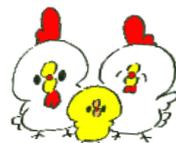
内容: 親子遊び、体操、製作など

対象: 2022(R4)年4月2日~2023(R5)年4月1日
生まれの子どもと保護者

- * 連続講座のため、なるべく全回に出席可能な方
- * きょうだい児同伴可

定員: 30組 (応募者多数の場合は抽選)

共催: 尼崎市こども福祉課



申込み: 専用申込フォームより

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

12月6日(金)より

ファミリースクール
申込みフォーム



すこやかプラザHP
からも申込み可能

【締切】

12月17日(火)

乳幼児の事故予防と応急手当法講座

日時: 12月15日(日) 10:00~12:00 *受付終了

もしもの安心!乳幼児救命講座

日時: 1月5日(日) 10:00~12:00

*受付終了

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。



毎月 誕生月の
スタッフを
紹介します!

① ニックネーム

② 好きなもの・こと

③ 特技

④ 尼崎のおすすめスポット

12月生まれは
3人です!

12
December



パル担当

はなだ ひとみ
花田 瞳



① ひーちゃん
・ひとみん

② 国内旅行

③ 甘いものをたくさん食べられる

④ すこやかプラザと図書館
いつ行っても楽しい。

高齢者支援事業担当

しみず はなこ
清水 華子



① はなちゃん

② ライブで
弾けること
(スカパラ・ドリカム・湘南乃風)

③ 早食い(笑)

④ クレープハウス メリールウ
フェスタ立花店
子どもとよく食べてます。どの味
も美味しいです。

パル担当

にしくち まみ
西口 真美



① まみちゃん

② 音楽鑑賞
・観劇

③ 初対面でもすぐにうちとける

④ 寺町エリアの七福神めぐり
江戸時代にタイムスリップできます。

すこやか 情報局

事業報告(Instagramより)



「すこやかプラザ de ハロウィン week」 10/27(日)~31(木)



尼崎市立すこやかプラザ

指定管理者 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。



ホームページ

TEL 06-6418-3463

FAX 06-6418-3464

Mail sukoyakaplaza@nifty.com



〒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)

南館周囲に民間駐輪場あり(有料)

すこやかプラザ
公式SNS



←LINEは告知
Facebook
は報告→
が中心です。



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!!

