

# すこやか

# プラザだより

2025年4月号



発行 2025年4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

### みんなの広場

すこやかプラザは子育て家庭はもちろん、さまざまな世代が交流し、つながりが生まれることを大切にしています。

そこで、今年度は世代間の交流の場として、毎月2回「みんなの広場」を開催します。卓球やバドミントンで体を動かしたり、遊具でのびのび遊ぶことができる「陽だまりズム」と、アロマハンドマッサージや紙芝居など、赤ちゃんからおじいちゃんおばあちゃんまでが一緒に楽しめる「ほのぼの」です。どちらも申し込みはいりませんので、気軽にふらっと遊びに来てくださいね。(詳しくは2ページをご覧ください)

所長 鈴木 久美子



### 事業紹介

要申込み

## みんなの コンサート

～マリンバの音色に  
笑顔をのせて～

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：4月19日(土) 14:00～15:00

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：4月11日(金)より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

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

### 出演：多田 駿介

ピアノ伴奏：石田 康子



ダウン症という知的障害  
を持っています。楽譜が読めない  
ので少しずつ覚え、長い時間を  
かけて1曲を完成させます。  
“一生懸命な気持ち”  
“諦めない心”を音にのせて  
お届けしたいです。介護職として  
働き、地域ボランティアに  
参加しています。音楽と仕事と  
ボランティア、自分が  
できることに一生懸命です。

～演奏予定曲～

エルクンバンチエロ・チャルダッシュ・花は咲く 他

\* 昨年4月の多田さん出演時の様子(Instagram)



🕒 時間内いつでもどうぞの広場

# 4月の予定

上段：午前 下段：午後

| 月                           | 火         | 水         | 木             | 金                     | 土               | 日                             |
|-----------------------------|-----------|-----------|---------------|-----------------------|-----------------|-------------------------------|
|                             | 1         | 2<br>休館日  | 3             | 4                     | 5<br>えほん        | 6                             |
| 7                           | 8         | 9<br>休館日  | 10<br>えほん     | 11                    | 12              | 13<br>🕒 陽だまりズム<br>おもちゃクリニック   |
| 14<br>悠友サロン                 | 15<br>えほん | 16<br>休館日 | 17<br>元気アップ講座 | 18                    | 19<br>みんなのコンサート | 20                            |
| 21<br>🕒 ツインズ広場<br>🕒 ぴよぴよタイム | 22        | 25<br>休館日 | 24<br>えほん     | 25<br>わいわい育児<br>トークング | 26              | 27<br>🕒 パパとふれあい広場<br>🕒 ほのほの広場 |
| 28                          | 29 昭和の日   | 30<br>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。  


## 大型連休も通常どおり 開館します！

4月26日(土)～5月6日(火)の大型連休も、  
通常どおりのスケジュールで開館します。4月30日(水)は休館日、それ以外は通常どおり開館。



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

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)

#### みんなの広場 陽だまりズム

13日(日) 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。



#### みんなの広場 ほのほの

27日(日) 13:30～15:00 定員 40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

21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

21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。

プレママ  
参加OK!



#### パパとふれあい広場

27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。

プレパパ (プレママも)  
参加OK!



## 絵本読み聞かせ

4日(金)14:00・10日(木)11:00・15日(火)14:00・24日(木)11:00

### えほん

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。



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

### 「子どもの生活リズム」

をテーマに講師を交えてお話を。

日時:4月25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:4月8日(火)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:4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:5月15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:4月・5月 両方の申込みも可能

4月8日(火)より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463



## 専用フォームで応募

## ファミリースクール(うさぎコース)

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:5月13日(火)~7月8日(火) 10:00~11:30

全10回

|         |         |         |        |         |
|---------|---------|---------|--------|---------|
| 5/13(火) | 5/20(火) | 5/27(火) | 6/3(火) | 6/10(火) |
| 6/17(火) | 6/22(日) | 7/1(火)  | 7/6(日) | 7/8(火)  |

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
- \* 兄弟姉妹の同伴可

定員:30組(応募者多数の場合は抽選)

10回連続講座  
なので、お友達  
ができるかも!



申込み:専用申込フォームより

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】4月20日(日)

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。



赤ちゃんコーナーには0歳児さんも来てくれています♡



乗れる車はいつも大人気!

### 毎月最終日曜日 「パパとふれあい広場」 10:00-11:30

パパ広場は、パパ(男性保護者)とお子さんが遊べるひろばです。(ママは入れませんm(\_ \_)m) 初めて来る時はママに勧められて来て、その後リピーターになる方も多いうように思います。

大きな車・すべり台・トランポリンなど“体を動かして遊べる遊具”や、ブロック・カプラ・キッチンなど“落ち着いて遊べるおもちゃ”がそろっています。特にプラレールはたくさんあって、広いスペースで思いっきり繋がられますよ。

子どもたちだけでなくパパも楽しめます! 雨の日、暑い日、寒い日など、ぜひいらしてください。



(副担当 村瀬)



パパ~ごはんできたよ!



たくさんのプラレールに子どももパパも大興奮!!



サポーターさんによる絵本の読み聞かせタイムも♪



## 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階通路を通過って南にまっすぐ

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!!

