

すこやか

プラザだより

2025年5月号

発行 2025年5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

爽やかな5月

新緑のまぶしい季節となりました。

5月第2日曜日は「母の日」。お子さんから可愛いお手紙を貰った方、今は離れて暮らすお母さんや亡くなったお母さんを思い浮かべる方もいらっしゃるでしょう。また、複雑な思いを抱える方もいらっしゃいます。

爽やかなこの季節、お母さんに限らず、身近な誰かに花とともに感謝の気持ちを伝えてみませんか。照れくさくても、たったひとつの「ありがとう」や、何気ない笑顔がお互いの心をあたたかくしてくれます。

お母さんいつも
ありがとう



高齢者支援・世代間交流事業担当 河本 里佳子

事業紹介

要申込み

パパと
赤ちゃんの

あそび&絵本
&てがた day



1歳未満の
赤ちゃんパパ限定
のイベントです!

日時 2025年 土曜日
5月10日
10:00~11:00

内容: 親子のふれあい遊びと絵本の読み聞かせをします♪パパと赤ちゃん一緒にてがたもとりましょう!

対象: 1歳未満の子どもとその男性保護者

場所: 多目的ホール / 参加費: 無料

定員: 20組(抽選) *結果は全員に連絡します。

申込み: 専用申込みフォームより



*締切日: 5月6日(火)

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
こどもみらい
↑

祝日版

パパも一緒に♪

びよびよ タイム

日時 2025年 火・振替休日
5月6日
13:30~15:00

びよびよタイムは「お母さんと赤ちゃんの広場」ですが、この日はお父さんも参加できます!もちろん、ママ・パパだけでもOK!気軽にお越しください。

*ようこそ!プレママ&パパ(受付期間終了)も同時開催します。

対象: 8か月までの子どもとその保護者

*兄弟姉妹は参加できません。

場所: 多目的ホール / 参加費: 無料

定員: 15組(先着)

申込み: 不要。時間内いつでもお越しください。



*自由に身長体重
の計測ができます。





📅 時間内いつでもどうぞの広場

5月の予定

上段：午前 下段：午後

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|--|---------------------------------|--------|--------------|--------------------|----------------|--|
| | | | 1 | 2 えほん | 3 憲法記念日 | 4 みどりの日 |
| 5 こどもの日  | 6 振替休日 プレママ&パパ 祝日版ぴよぴよタイム | 7 休館日 | 8 えほん | 9 | 10 パパと赤ちゃん day | 11 📍 ツインズ広場 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① えほん | 14 休館日 | 15 元気アップ講座 | 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 📍 陽だまりズム | 20 ファミリースクール② | 21 休館日 | 22 | 23 わいわい育児 トーキング | 24 | 25 📍 パパとふれあい広場 📍 ほのぼの広場 |
| 📍 ぴよぴよタイム | | | | | | |
| 26 えほん | 27 ファミリースクール③ | 28 休館日 | 29 | 30 | 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。


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

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♪

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

19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。



みんなの広場 **📍** ほのぼの

25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

プレママ・プレパパ
参加OK!

11日(日) 10:00～11:30 **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!

19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!

25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。



絵本読み聞かせ

2日(金)11:00・8日(木)11:00・13日(火)14:00・26日(月)14:00

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



「イヤイヤ期とは」

をテーマに講師を交えてお話を。

日時: **5月23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: **5月9日(金)**より

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

みんなのコンサート



~聴いて! 動いて! 五感で楽しもう♪
世界の音楽をフルート(笛)で♪~

日時: **5月17日(土)** 14:00~15:00

出演: フルートトリオ・バウムクーヘン
(メンバー 木原三知子・松林靖子・榊原明子)

私達は、音楽大学で切磋琢磨した3人です。卒業後、たくさんの音楽活動をしていく中で、それぞれが別の場所で経験を重ね、時を経て結成したトリオです。名前の「バウムクーヘン」のように私たち3人の音楽が重なり合い一つの美しいハーモニーとなって、皆さんにお届けします。



~演奏予定曲~

映画「80日間世界一周」よりアラウンド・ザ・ワールド
ディズニー、JPOP 他

対象: どなたでも / 定員: 70人(申込先着)

*電話 40人・フォーム 30人

申込み: **5月8日(木)**より

専用申込みフォーム または 電話



すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463



すこやか元気アップ講座

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: 受付終了



① 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、様々な実例を聞ける機会です。

日時: **5月18日(日)** 10:00~12:00

② もしもの安心! 乳幼児救命講座

あんなに元気だったのに、どうしたの?! 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: **6月1日(日)** 10:00~12:00



①②共通

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。

定員: 20人(申込先着)

託児: 満6か月~2歳児 10人(申込先着)
*託児料 1人につき500円

申込み: **5月5日(月)**より
すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

ファミリースクール(うさぎコース)①~③

*受付期間終了

日時: **5月13・20・27日(火)** 10:00~11:30

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。



子どもが動きまわる中でも
わいわい話しています♪



Instagram より
1/24(金)

kodomonomirai_amagasaki.
[わいわい育児トークング]

今日は、わいわい育児トークングの日でした😊

今月のテーマは「子どもが集団生活に入る前に」

この4月から入園を控えていたり、まだ予定は無いけど気になる等、皆さんそれぞれの思いを持って参加されました。

新生活への不安・パートナーとの協力体制を作れるか・子どもが馴染めるか・卒乳してないけど... などなど、主にあがったのは「心配な気持ち」😊

講師からはまずは備えを、と3つの提案がありました。

①夫婦で入園予定の園へ散歩に行く。その際は、実際に登降園する時間帯に行く(ルートや周辺の状況確認・共有)

②登園時の子どもの荷物の準備を、夫ができるようになっておく(母親だけで何もかもしない)

③夫婦だけの時間を持つ(ほど良く夫婦仲が良いことが、子どもにとって居心地がいい)

先の事を考えると、どうしても不安が先立つもの。1人で抱え込まず「パートナーと一緒に」、乗り越えてほしいなと思いました。応援しています!

毎月第4金曜日 「わいわい育児トークング」 10:00-11:00

最大10組ほどで輪になり、お子さんの月齢など自己紹介をしてからはじまります♪ 毎回のテーマに合わせて、参加者のみなさんの悩みごとや困りごと、質問などをその場にいるみんなで共有し、意見を出しあったり話し合ったりします。

スタッフやサポーターさんが見守りますので、お子さん同伴でも参加できます! 話が盛り上がり過ぎてテーマとは少し違う話に...ということもよくあります。ぜひ、わいわい話しに来てください!

予約制なので、申込みフォーム or 電話 or 直接来館で申込みをお願いします!



(副担当 花田)

パパも参加
しています!



講師を中心に
輪になってお話しします!

サポーターさんが
見守ってくれます♥



お知らせ

尼崎市 HP へ



2025年10月1日に多目的ホールの使用料が改定されます。詳しくは尼崎市HP「すこやかプラザ 多目的ホールの利用について」をご覧ください。

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階通路を通過して南にまっすぐ

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!!

