

すこやか

プラザだより

2025年10月号

October

発行 2025年10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

ドンマイ、ドンマイ

スポーツの秋ですね。テレビでバレーボールの試合を観ていると、サーブを失敗した人にチームメイトが軽くタッチしていました。「ドンマイ(気にするな)」と伝えているのです。

広辞苑によると「ゆるす」には、「固くしめられているものをゆるくする」の意味があるそうです。「ドンマイ」のタッチは、過去の行為を責めないという「赦す(ゆるす)」ですが、これからの行為を認めるのは「許す(ゆるす)」ですね。

他人の失敗や過ちを過剰に批判したり攻撃したりする風潮があります。「赦し(ドンマイ)」のない社会は、「許し(許可)」がないと何もできないがんじがらめの社会ではないでしょうか。失敗から学ぶためにも、赦しあえる社会にしたいですね。

所長 鈴木 久美子

事業紹介

申込み不要

すこやかプラザ de

ハロウィン

日時 2025年 土曜日

10月25日

① 10:00~12:00

② 13:00~15:00

内容

仮装(ワンポイントでもOK)をしてきてね♪

① 撮影スポット

撮影用背景で自由に撮影!

② おかしのガチャガチャ
ガチャガチャを回しておかしをもらおう!

おとな子どもも
仮装をしよう♪

参加費 無料

場所 多目的ホール

対象 就学前の子ども
とその保護者

*兄弟姉妹は小学生も参加OK。

定員 なし

*混雑時はお待ちいただく場合があります。

*申込不要。時間内いつでもお越しください。

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

パパと

赤ちゃんの

あそび&絵本

&てがた day

日時

2025年

祝日

月曜日

11月3日

① 午前 10:00~11:00

② 午前 11:30~12:30

1歳未満の**赤ちゃん**と**パパ**限定のイベントです!
親子のふれあい遊びと **えほん** 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!

参加費 無料 / 場所 多目的ホール

対象 1歳未満の子どもとその男性保護者

【時間】①10:00~「ハイハイする」

②11:30~「ハイハイまだ」

を申込み時に選択。(当選後変更可)

*兄弟姉妹でも1歳以上の子どもは参加不可。

定員 各10組(抽選)

*応募多数の場合は抽選。結果は全員に連絡します。

申込み

申込みフォームより

パパ対象事業

専用申込みフォーム→

10月26日(日)締切



ひ 時間内いつでもどうぞの広場



10月の予定

上段：午前 下段：午後

月	火	水	木	金	土	日
		1 休館日	2 実習生	3 実	4	5
				えほん		
6 実	7 実 ファミリースクール①	8 休館日	9 えほん	10	11	12 ひ 陽だまりズム
						おもちゃクリニック
13 スポーツの日 悠友サロン	14 ファミリースクール②	15 休館日	16 元気アップ講座	17	18	19 乳幼児の事故予防 と応急手当法講座
	えほん				みんなのコンサート	
20 実 ひ ツインズ広場	21 実 ファミリースクール③	22 休館日	23 えほん	24 わいわい育児 トーク	25 すこやかプラザ de ハロウィン	26 ひ パパとふれあい広場
ひ ぴよぴよタイム						ひ ほのぼの広場
27 実	28 実 ファミリースクール④	29 休館日	30 実	31 実		
	えほん					

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。

えほん 3 日(金)14:00・9 日(木)11:00・14 日(火)14:00・23 日(木)11:00・28 日(火)14:00



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

12 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

13 日(月・祝) 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

12 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 ほのぼの

26 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

20 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

20 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

26 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!



**実習生が
来ます!**

甲南女子大学・園田学園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!



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ン

「ふたり目・さんにな目どうする？」
をテーマに講師を交えてお話を。

日 時: **10月24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: **10月7日(火)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



① 乳幼児の事故予防と応急手当法講座

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: **10月19日(日)** 10:00~12:00

② もしもの安心! 乳幼児救命講座

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: **11月16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 500円

申込み: **受付中**
すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

ファミリースクール(ひよこコース)①~④

日 時: **10月7・14・21・** *受付期間終了

28日(火) 10:00~11:00 (全8回)



すこやか元気アップ講座

日 時: **10月16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: **11月20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: 10月・11月 両方の申込みも可能

10月7日(火)より

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

みんなのコンサート

~クラリネットと楽しむ音楽の散歩道~

日 時: **10月18日(土)** 14:00~15:00

出 演: 山本聡美・山口真希・西本彩香・吉本沙矢

プロのクラリネット奏者によるカルテット。
幅広いジャンルのプログラムをお届けいたします。

~演奏予定曲~

ファミリー・アニメ・コレクション 秋の童謡メドレー 他

対 象: どなたでも / 定 員: 100人 (申込先着)

*電話 70人・フォーム 30人

申込み: **10月9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



ようこそ! プレママ&パパ at 祝日版びよびよタイム

日 時: **11月24日(月・振休)** 13:30~15:00

対 象: 第一子を妊娠中の方とそのパートナー
(妊婦さんのみでの参加も可)

定 員: 10組(抽選)

申込み: 専用申込みフォームより

11月10日(月)締切



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。





一時預かりルーム とんとん

とんとんで人気のおもちゃを紹介します！

チェーン
リング



どんな年齢、月齢のお子さんにも人気です！舐めたり、触ったり、ごっこ遊びをしたり、いろいろな遊び方ができます。



電子レンジ

本物の電子レンジの様にボタンを押すと庫内が光り、音が鳴ります。扉を開閉したり、いろいろなおもちゃを入れたりして楽しんでいます。

アンパンマンの
アイスクリーム屋さん



ボタンを押すと曲がなり、アイスクリームが回転します♪曲に興味を持って回ることを楽しんだり、キッチンあそびと組み合わせたりしています。

キッチンあそびは
やっぱり人気♥
他にもおもちゃ
たくさんあります！



(とんとんスタッフ 武村)

お知らせ①

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。



お知らせ②

多目的ホール内設備の老朽化に伴う改修工事を予定しているため、2025年12月1日～2026年1月31日の期間多目的ホールが利用できません。また、その期間に多目的ホールで実施を予定していたイベント・講座は、中止または日程・会場変更となります。
なお、工事の状況によって期間を延長する可能性があります。
ご迷惑をおかけしますが、ご協力よろしくお願いいたします。



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
公式インスタグラム



すこやかプラザのイベント報告も発信!!

