

すこやか

プラザだより

2025年11月号

November

11

発行 2025年11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

子育ての助っ人

私たちの暮らしは時代とともに変化しますが、インターネットの普及でとくにそのスピードが早くなった気がします。スマホは子どもの成長記録、病院の予約、通園施設とのやり取りなど、子育て家庭の必需品となりました。また ChatGPT のような AI に子育て相談をする人も増えているようです。対面で子育て支援をしてきた私には戸惑いもありますが、助かっている方がいるのも確かです。

ただし、情報が手軽に得られる反面、調べれば調べるほどわからなくなる時もありますね。パルで他の親子と交流したり、スタッフに愚痴をこぼしたり、リアルな出会いが悩みを軽くしてくれることも多いですよ。

子育て支援事業担当 二宮 麻子



事業紹介

重要なお知らせ

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(工事の状況によって延長の可能性あり)
多目的ホールが利用できません。

それにともない
毎月開催の**イベントは中止**になります。

***おもちゃクリニックのみ会場を変更して開催!**

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。



掲載しているお知らせやイベントの内容は変更の可能性があります。最新の情報はHPでご確認ください。



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↓



ハイハイ & よちよち レース

ハイハイ or よちよち
は当日選べるよ♪

日時 2025年 日曜日
11月23日

- ① 午前の部 10:00～12:00
- ② 午後の部 13:00～15:00

午前 or 午後を
選んで申込み!



ハイハイ & よちよちレースは親子でのふれあいの一環としておこないます。レースなので順位は付けますが賞品はなく参加者みんなで子どもたちを見守る“世界でいちばん平和なレース”です。

場 所：多目的ホール / 参加費：無料

対 象：ハイハイまたはよちよち歩きする子どもとその保護者

定 員：なし

***レースは入替制で開催します。締切後、月齢順にレースを組んで、集合時間をメールにてご連絡します。**

- お気に入りのおもちゃなど持参 OK。
- 応援席あり。ご家族どうぞ!

申込み：専用申込みフォームより

11月16日(日)締切



📅 時間内いつでもどうぞの広場



11月の予定

上段：午前 下段：午後

月	火	水	木	金	土	日
					1	2 ファミリースクール⑤
3 文化の日 パパと赤ちゃん day	4	5 休館日	6	7	8	9 えほん 📅 ツインズ広場 おもちゃクリニック
10 悠友サロン	11 ファミリースクール⑥	12 休館日	13	14 えほん	15 みんなのコンサート	16 乳幼児救命講座
17 実習生 📅 陽だまりズム 📅 ぴよぴよタイム	18 実 ファミリースクール⑦ えほん	19 休館日	20 元気アップ講座	21	22	23 勤労感謝の日 ハイハイ& よちよちレース
24 振替休日 祝日版 ぴよぴよタイム ようこそ! プレママ&パパ	25 ファミリースクール⑧	26 休館日	27 実 えほん	28 実 わいわい育児 トークン	29	30 📅 パパとふれあい広場 📅 ほのぼの広場

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 7日(金)14:00・9日(日)11:00・18日(火)14:00・27日(木)11:00



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

9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

10日(月) 10:00~11:30 定員 20人

概ね60歳以上の方が気軽に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

17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

30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!

9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!

17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!

30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！**

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

わいわい育児トークン



『しつけ』ってなんだろう？
をテーマに講師を交えてお話を。

日 時：**11月28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：**11月7日(金)**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



祝日版 パパも一緒に♪ぴよぴよタイム

ぴよぴよタイムは「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！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&パパも同時開催します。

日 時：**11月24日(月・振休)** 13:30～15:00

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。

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。

ようこそ！プレママ&パパ at 祝日版ぴよぴよタイム



初めての妊娠・出産。新生活はどうなるでしょう。
産後のイメージを掴みに、ぴよぴよタイム(生後
8か月までの赤ちゃん親子の広場)に参加してみま
せんか？パートナーもぜひ一緒にお越しください。

日 時：**11月24日(月・振休)** 13:30～15:00

内 容：乳児のママ・パパと交流(色々と話したり
質問したり)できます。すこやかプラザの
見学や事業の紹介も！

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



場所：多目的ホール | 参加費：無料

すこやか元気アップ講座



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：受付終了

みんなのコンサート



～金管楽器とピアノの共演～

日 時：**11月15日(土)** 14:00～15:00

出 演：トランペット 藤田小津枝 ホルン 濱地つばさ
トロンボーン 濱地真聖 ピアノ 原真奈美

～演奏予定曲～

誰も寝てはならぬ・スペースタクシー 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：**11月6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



もしもの安心！乳幼児救命講座



AED

日 時：**11月16日(日)** 10:00～12:00

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

定 員：20人(申込先着) / 申込み：受付終了

パパと赤ちゃんのおそび&絵本&てがた day

日 時：**11月3日(月・祝)**

*受付期間終了

ファミリースクール(ひよこコース)⑤～⑧

日 時：**11月2日(日)**

*受付期間終了

11・18・25日(火) (全8回)

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。





お母さんと赤ちゃんのための広場 ぴよぴよタイム



室内に
授乳・オムツ替え
コーナーも！

ぴよぴよタイムは、お母さんと8か月までの赤ちゃんのための広場です。特に何かをするわけではなく、悩みや疑問をみんなでワイワイおしゃべりする交流会です。(入退室は自由です！) 月齢が同じ、または月齢の近い赤ちゃんとの交流ができます。

8か月までの赤ちゃんの運動機能の発達は目覚ましいです。赤ちゃんの数だけ個性がありますので、色々な赤ちゃんに出会えるのも楽しいと思います。ぴよぴよタイムでママ友になった方もいらっしゃるようです。ぜひ、沢山おしゃべりしに来てください。

祝日版 パパも一緒に♪ぴよぴよタイム (同時開催 ようこそ！プレママ&パパ)

祝日開催のぴよぴよタイムは、お父さんも参加OKです。前半は、プレママ・パパとの交流。出産前と赤ちゃんが生まれてからの生活について、先輩ママ・パパとしてご自身の経験などをお話していただいています。様々な話題、例えばベビーカーの選び方などについて、情報交換しながらみんなでおしゃべりを楽しんでいます。ご参加お待ちしております！



おもちゃ
も用意して
います♪



(副担当 浅野)

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した。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階通路を通って南にまっすぐ

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



公式インスタグラム

すこやかプラザのイベント報告も発信!!

