

すこやか プラザだより

2026年



発行 2026年6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

みんなのかわいい♥を集めています

アンパンマンが大好きな2歳の娘(みり)は、なぜか初めての一人称が「みーちゃんまん」でした。「まん」をつけた方が言いやすかったのかな?かわいかったので、親も「みりちゃんまん」と呼ぶようになっていましたが、急に「みり」と言う練習をしまして、あっという間に「みり」や「みりちゃん」と言うようになってしまいました。かわいかったのに、残念です。

すこやかプラザでは、思わず微笑んでしまうような我が家のかわいいエピソードを募集しています!思いついた時にすぐ投稿できるよう、フォームから受付けています。何を“かわいい”と思うかは人それぞれ。みなさんの思うかわいいで、すこやかの森をいっぱいにできたら嬉しいです。

*「我が家のかわいいエピソードの木」のコーナーは毎月のおたより(4ページ目)に掲載しています。



子育て支援・世代間交流事業担当 柏木 宏斗

事業紹介

午前 or 午後
を選んで申込み!

ハイハイ or よちよち
どちらで進んでもいいよ!

ハイハイ & よちよち レース

日時 2026年 日曜日
7月19日

①午前の部 10:00~12:00
②午後の部 13:00~15:00

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。ご家族でどうぞ!

申込み:専用申込みフォームより

7月12日(日)締切

↓ 昨年開催時の様子(Instagramより)

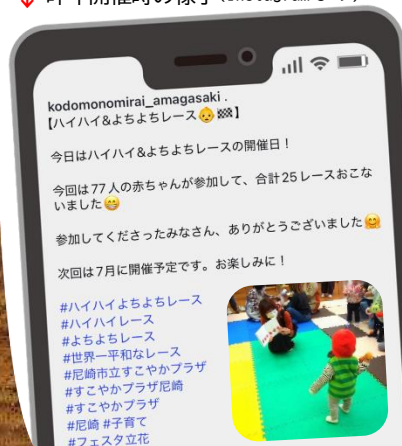
ハイハイ&よちよちレースは親子でのふれあいの一環としておこないます。レースなので順位は付けますが賞品はなく参加者みんなで子どもたちを見守る“世界でいちばん平和なレース”です。

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↑



🕒 時間内いつでもどうぞの広場

6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④	3 休館日	4	5 えほん	6	7 乳幼児救命講座
8 悠友サロン	9 ファミリー スクール⑤	10 休館日	11 えほん	12	13	14 🕒 ツインズ広場 パパと赤ちゃん day おもちゃクリニック
15	16 ファミリー スクール⑥	17 休館日	18 元気アップ講座	19 介護セミナー①	20	21 ファミリー スクール⑦ 🎁
🕒 びよびよタイム	えほん					
22	23 ファミリー スクール⑧	24 休館日	25 えほん	26 わいわい 育児トークング	27	28 🕒 パパとふれあい広場 🕒 ほのほの広場
29	30				🕒 陽だまりズム	



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。

えほんの時間 5日(金)11:00・11日(木)11:00・16日(火)14:00・25日(木)11:00

パルの中で、すこやかサポーターさんが絵本を読みます。時間は約15分間です。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

14日(日) 13:30~15:00
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

8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♪

🕒 ろば (時間内いつでもどうぞ)

みんなの運動ひろば 陽だまりズム

27日(土) 13:30~15:00 定員 50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

28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

14日(日) 10:00~11:30 定員 なし
多胎児親子の交流広場。

プレママ・プレパパ 参加OK!



びよびよタイム

15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

28日(日) 10:00~11:30 定員 30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!



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



「上の子への接し方」

をテーマに講師を交えてお話を。

日時: **6月26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: **6月6日(土)**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: **6月18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: **7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: 6月・7月 両方の申込みも可能

6月9日(火)より

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

パパと赤ちゃんのあそび&絵本&てがた day

日時: **6月14日(日)** 10:00~11:00

内容: 親子のふれあい遊びと、絵本を使ったあそびをします♪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

*兄弟姉妹でも1歳以上の子どもは参加不可。

定員: 15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: **6月3日(水)**



知って得する!介護セミナー

介護保険制度について分かりやすく学ぶことができます。ベッドや車いす、手押し車など実際に手を触れ体験してみてください!



① 介護保険制度の基礎知識

介護保険制度の利用方法やサービスの種類、費用の例などについて教えて頂きます。

日時: **6月19日(金)** 10:00~12:00

講師: 八代 康孝さん
(立花南地域包括支援センター長)



② プロが教える介護のポイント

簡単な介護体験や介護技術のデモンストラーションを通して、「優しい介護のコツ」を学びます。

日時: **7月17日(金)** 10:00~12:00

講師: 竹本 勝則さん
(社会福祉法人あかね所属ケアマイスター)



*両方でも、どちらか1回でも受講可能

協力: 尼崎市 立花南・北地域包括支援センター

対象: 関心のある方

定員: 各回 15人 (申込先着)

申込み: ①②どちらも

6月8日(月)より

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463

もしもの安心!乳幼児救命講座 *受付終了

日時: **6月7日(日)** 10:00~12:00



ファミリースクール(うさぎコース)④~⑧

*受付期間終了

日時: **6月2・9・16・23日(火)**・
21日(日) 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。



わが家のかわいい♡エピソードの木

家族なら誰の
ことでもOK!

わが家の
かわいい
エピソード



すこやかの森に「わが家のかわいいエピソード」募集BOXを設置しています！思わず微笑んでしまうような、ご家庭でのできごとを書いて投稿してください。

“子どものおもしろくてかわいい”エピソードはもちろん、“おとなやペットのほんわかする”エピソードもお待ちしています♪最近のできごとじゃなくても、昔を思い出して書いてもらってもOKです！

スタッフが選んで
すこやかの森に掲示
するほか、このおたより
にも掲載します！

いないいないばあをする時
手が顔を隠さず頭の横にいつ
ばあ〜!とする娘
得意げにしてて可愛い

娘の謎なこだわり。
動物と海の生き物の
とび出す絵本があります。
パパには必ず海の生き物の絵本を
「パパのどうぞ!」と言って渡します。
海の生き物の絵本は、
パパのだそうです笑

息子が4歳の時
地下道にて
母「“ちか”がつく言葉はなにが
あるかな?」(予想「ちかてつ」)
息子「ちかんはあかん!!」
↑大声

娘は幼稚園の時
バス通園だったのですが、
毎朝バスの前でばちーン!!と手を合わせて、
バスを拝んでから乗っていました。
「今日も無事に幼稚園に行けますように」と、
彼女なりにお願いしていたのかもしれませんが。
その姿がとってもかわいかったです☆
なつかしい…

フォームからも投稿→
できます。ぜひご協力
お願いします!



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。



TEL 06-6418-3463

FAX 06-6418-3464

Mail sukoyakaplaza@nifty.com

ホームページ



〒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!!

