

1月 すこやかプラザ だより

発行 平成26年1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)

明けまして、おめでとうございます

すこやかプラザで、この挨拶をさせていただくのも5回目になりました。
年々、皆さんに当プラザが親しまれていくのが実感でき、嬉しいかぎりです。



今年は^{うま}午年。ちなみに^{えと}干支はご存じのとおり、^ね子、^{うし}丑、^{とら}寅、^う卯、^{たつ}辰、^み巳、^{うま}午、^{ひつじ}羊、^{さる}申、^{とり}酉、^{いぬ}戌、^い亥。時刻を指すときは、^ね子が深夜の0時を、^{うま}午は太陽が最も高く上がった状態のお昼の12時を指し、そこから^{しょうご}正午と言うそうです。

こうしたことから、“^{うま}午年は元気溢れる年”とされているとのこと。皆さんにとって幸せ一杯の良き年でありますようにお祈りします。

所長 高田 忍

♪♪ 事業紹介 ♪♪

子育て支援者のための お役立ち講座

はじまるよ〜♪

第1回 あなたの笑顔でこの街イキイキ☆ やってみよう！子育て支援

日時：2月 3日(月) 13:30~15:30
講師：濱田 格子さん

第2回 小枝キラリ☆作って遊ぼう！

日時：2月 14日(金) 10:00~12:00
講師：伊口 始子さん
持ち物：好きな柄の布(15cm×15cm)
菜箸1本、のり
ピンキングバサミ(あれば)



対象：子育て支援活動をしている方
これから始めたいという方 20人

申込み：1月 6日(月)より
すこやかプラザまでお電話を
(6418-3463)

*当講座を受講されますと「すこやかプラザサポーター」にご登録いただけます。地域の親子のための子育て支援事業をサポートして下さる方、お待ちしております！

♪♪ 事業紹介 ♪♪

知って得する！

家庭での脳卒中リハビリセミナー

家庭でできる簡単なリハビリ体操と一緒に体験してみませんか。

ご本人さん、家族さん、今後のために...という方など、ぜひ、ご参加下さい♪

リハビリ体操の体験ができる講座です。

日時： 1月 27日 (月)
13:30~15:00

講師： 山下 容子さん

場所： すこやかプラザ ホール

対象： 関心のある人 20人(先着順)

内容： 簡単なリハビリ体操 など

申込み：1月 6日(月)より
すこやかプラザまでお電話を
(06-6418-3463)





月	火	水	木	金	土	日
		1[元日] 休館日	2 休館日	3 休館日	4 4月分ホール 利用受付開始	5
6	7	8 休館日	9	10	11	12 おもちゃクリニック
13[成人の日] 絵本読み聞かせ会	14	15 休館日	16 元気アップ講座 (受付終了)	17	18	19
絵本読み聞かせ会			🕒 ほのぼの広場			
20 おしゃべり アロマ 🕒 ツインズ広場	21	22 休館日	23	24 わいわい育児 トークン	25 乳幼児救命講座	26 🕒 パパとふれあい広場
🕒 びよびよタイム						
27 🕒 悠友サロン	28	29 休館日	30	31		
リハビリセミナー						





広場・イベント情報





事前申込み不要


- **すこやかおもちゃクリニック** 1月12日(日) 13:30~15:30
おもちゃドクターが、ご家庭の壊れたおもちゃを修理します。直接お持ち下さい。見学のみも可。
*おもちゃは1回につき、**3個まで**でお願いします。



- **絵本大好き！読み聞かせ会** 1月13日(月) 10:30~11:00 / 14:30~15:00
手遊びや読み聞かせの楽しい時間。0歳児さんもどうぞ！（各回先着15組）※開始90分前から整理券を配布します。
- **世代間交流広場 ほのぼの** 1月16日(木) 13:30~15:30
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。
1月の内容は、お正月遊びにちなんだコーナーと防災&救急コーナーもあります。

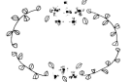

- **おしゃべりアロマ** 1月20日(月) 10:00~11:30
おしゃべりしながらのアロマハンドトリートメントでほっこりしてみませんか。
*先着12人程度 オイル代として一人100円必要。


- **ツインズ親子広場** 1月20日(月) 10:00~12:00
多胎児親子の交流広場。妊婦さんも参加OKです。


- **びよびよタイム** 1月20日(月) 13:30~15:30
8ヶ月くらい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** 1月26日(日) 10:00~12:00
お父さんと就学前のお子さんの遊び場。乳児コーナーもあります。


- **立花のホッとスペース 悠友サロン** 1月27日(月) 10:00~11:30
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。お話が好きな人・お友達をつくりたい人など大歓迎♪



すこやかプラザへの事前申込み必要

●わいわい育児トーク

「きょうだいゲンカにどうつきあう？」をテーマに講師を交えてお話を。
日時：1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 10人(先着) 子どもの同伴可
申込み：1月 6日(月)より、すこやかプラザにて電話受付(06-6418-3463)

●高齢者疑似体験&認知症サポーター養成講座

疑似体験装具を着けて、“高齢者の気持ち”を実感してみませんか？ 目が見えづらい、耳が聞こえづらいなど、高齢者の模擬体験ができます。また、認知症について理解を深める認知症サポーター養成講座も同時に行います。

日時：2月 7日(金) 13:30~15:30
対象：関心のある人、福祉関係者など 10人
費用：180円(耳栓代)
申込み：1月 7日(火)より、すこやかプラザにて電話受付(06-6418-3463)

*修了者には「オレンジリング」をお渡しします。

*PTA等の団体での参加希望やこの日程以外の参加希望の場合は、別途すこやかプラザまでご相談下さい。

●すこやか元気アップ講座

ストレス発散、運動不足の解消！楽しみながら、心と体を健康に！

日時：2月 20日(木) 10:00~12:00
内容：1部 自然酵素の作り方・使い方について
2部 ヨガ・ピラティス 講師 樋口 厚子さん(フリースポーツ・インストラクター)
対象：50歳以上の方 50人(先着)
申込み：1月 7日(火)より、すこやかプラザにて電話受付(06-6418-3463)

●もしもの安心！乳幼児救命講座

いざという時に慌てないように、乳幼児を対象とした心肺蘇生法を実習します。

日時：1月25日(土) 10:00~11:00
講師：毎原 敏郎さん(県立塚口病院 小児科部長)
対象：平成24年1月~平成25年7月生まれの赤ちゃん(第一子)の保護者 30人(先着)
託児：10人(先着 500円/人)
申込み：1月 6日(月)より、すこやかプラザにて電話受付(06-6418-3463)

*心肺蘇生法の実習がありますので、動きやすい服装でお越し下さい。

*お子さんを同伴しての受講はできません。

事前申込み不要

●人と地球にやさしい「エコ葬展」

共催：尼崎地区地球温暖化防止活動推進会

日時：1月18日(土)、19日(日) 10:00~16:00

内容

【ミニ講座】

人と地球にやさしいお葬式 11:00~11:30 講師：安田かほるさん(エコフィン環境アドバイザー)

自分でつくるお別れの形 14:00~14:30 講師：天宅紘美さん(エンディングコーディネーター)

【つながる 支え合う】

地球環境について、体験しながら一緒に考えましょう！

【エコ葬儀“銀河”モデル展示】

エコ棺、エコ壺、終活、私らしいお葬式とは？

【みんなで止めよう！地球温暖化】

一人ひとりの力は小さいけれど、みんなの力が集まれば大きな効果！

【ありがとうを形に】

和服・ネクタイなどの遺品を、使える形に生まれ変わらせませんか？





すこやかまつりin尼が咲き2013を盛況のうちに開催

去る11月30日(土)に、800人を超えるたくさんの方の参加を得て「すこやかまつりin尼が咲き2013」を開催することができました。

今年のテーマは「あ・い・う・え・お」らしい?!ということで、さまざまな「あいうえお」に因んだ企画やブースが並びました。

また、皆さんから50数点の応募があった「あまのええとこ! いっぱいあるで...」のコーナーでは、それぞれ気に入った作品に、計200枚を超える「いいねらしいシール」を貼っていただきました。

今年のもうひとつの目玉は、実行委員・スタッフの仮装でした。ゆるキャラに負けない気合いの入った仮装は、会場をにぎやかにしてくれました。

ちなみに、右の写真は、オープニングに法人理事長、すこやか所長があいさつをしているところです。



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
(土日祝は開館)

《パル》

自由に遊べるプレイルームです

- 利用時間 午前9時～午後5時
- 対象 就学前のお子さんと保護者
- 子どもみでの利用不可
子どもトイレ、授乳スペースあり

《親子ランチルーム》

お弁当などを持ち込んでご利用いただけます

- 利用時間 午前11時30分～午後2時30分
- 対象 小学6年生までのお子さんと保護者
- 子どもみ、おとなみでの利用不可
ポット、電子レンジ等は置いていません

《多目的ホール》

貸室しています(有料)

- 利用時間 午前9時～午後9時
- 対象 営利目的以外の利用
ホール内では飲食できません
- 予約は利用月の3ヶ月前月初から
- 利用3日前までに要入金
- ホールは水曜日利用可、年末年始のみ休み

《一時あずかりルームとんとん》

お子さんをお預かりします

- 利用時間 午前10時～午後3時
- 対象 6ヶ月～就学前のお子さん 定員5人
- 料金 350円/30分(1回1時間以上)
- 要予約
予約は利用日の3ヶ月前から2日前まで



アクセス

JR立花駅改札を出て南へ徒歩2分
市バス14・15・30・47番JR立花(上)
43・49・50番JR立花(下)下車
民間駐車場あります(有料)

〒660-0052
兵庫県尼崎市七松町1丁目3番1-502号フェスタ立花南館5F
TEL 06-6418-3463 FAX 06-6418-3464
E-mail sukoyakaplaza@nifty.com
HP <http://homepage3.nifty.com/sukoyakaplaza/index.html>



尼崎市立すこやかプラザ

検索



HPでもすこやかプラザ
たよりを見ることができます。