



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 休館日	8	9	10	11 おもちゃ クリニック
12 成人の日 絵本読み聞かせ会	13 絵本読み聞かせ会	14 休館日	15 元気アップ講座 (受付終了) 🕒 ほのぼの広場	16	17 乳幼児救命講座	18
19 🕒 ツインズ広場	20 子育て支援者 養成講座	21 休館日	22	23 わいわい育児 トークング	24	25 🕒 パパと ふれあい広場
26 🕒 悠友サロン	27	28 休館日	29	30	31	



## 広場・イベント情報



事前申込み不要

場所：🕒ホール 🕒ランチルーム

### 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、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 🕒

12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 🕒

15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。プラレール、紙芝居、アロマハンドトリートメント、フェルデンクライスなどのコーナーがあります。

1月は「ほのぼのとことはじめ」と題して、書初め、お正月遊び、三味線の演奏、などもあります。

### ツインズ親子広場 🕒

19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。



### ぴよぴよタイム 🕒

19日(月) 13:30~15:30

8カ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 🕒

25日(日) 11:00~12:00

お父さんと就学前のお子さんの遊び場。



### 立花のホットスペース<sup>ゆうゆう</sup>悠友サロン 🕒

26日(月) 10:00~11:30

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。お話好きな人、友達をつくりたい人など大歓迎♪

事前申込み必要

### ● わいわい育児トーク

「きょうだいの子育て」  
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：1月23日(金) 10:00~11:00

講師：濱田 格子さん  
(認定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)

場所：すこやかプラザ ランチルーム

定員：10人(先着)

参加費：無料

申込み：1月6日(火)より



すこやかプラザにて電話受付  
TEL 06-6418-3463

### ● 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19日(木) 10:00~12:00

#### 【1部】ゴミを減らす工夫

講師：NPO 法人あまがさき環境オープンカレッジ

#### 【2部】自力整体

講師：西谷 みどりさん

対象：50歳以上の方

場所：すこやかプラザ ホール

定員：50人(先着) / 参加費：無料



申込み：1月8日(木)より

子育て支援者向けの  
講座も開催しています！

### ● 支援者養成講座③

#### 「～いざという時のための～ 乳幼児救命講座」

子育て支援者を対象としたこの講座では、子どもの事故などへの対応の手順を学び、AEDを使った心肺蘇生法の実習をします。万が一の時の為に、備えをしておきませんか？

日時：2月12日(木) 10:00~12:00

講師：毎原 敏郎さん(県立塚口病院小児科部長)

対象：子育て支援に関わっている、または関心のある方



場所：すこやかプラザ ホール

定員：20人(先着)

参加費：無料

申込み：1月8日(木)より

すこやかプラザにて電話受付  
TEL 06-6418-3463



## すこやか情報局



### 高齢者疑似体験「うらしま太郎」～体験者からの声～

“箱を開けると、たちまちおじいさんになりました。”昔話の「うらしま太郎」のお話と同じように、すこやかプラザには、高齢者(85歳くらい)の身体の状態を体験できるプログラムがあります。



実家の母にもっと優しくしようと  
思いました



封筒を開けている様子

誰かが側にいると安心しますね

みんなにやさしくなれそうです

グループの学習会や研修、  
ご家族のためにいかがですか？  
詳しくは担当 川地(かわち)まで  
【電話：06-6418-3463】



自分の「老い」に対する理解が深まりました

ペットボトルのお茶を  
コップに入れる様子

# 🎵 スタッフ紹介 🎵

すこやかプラザのスタッフを、毎月2人ずつご紹介！

とんとんスタッフ  
みたに さとみ  
**三谷 知美** です。

1月の1



## <ニックネーム>

子どもの頃 ムネ  
現在 さとみちゃん、みーちゃん

① 出身 広島

## ② 尼崎の好きなところ

庄下川沿いの遊歩道。春に散歩するとかわいい赤ちゃんカモに会えるかも？

## ③ マイフォーム

1杯のコーヒーにこだわっています。飲む直前に手動式コーヒーミルで豆をカリカリ挽きます。

PAL スタッフ  
にしい しげこ  
**西井 繁子** です。

ひつじ



## <ニックネーム>

子どもの頃 シゲちゃん  
現在 ホゲちゃん(進化した??)

① 出身 兵庫県神戸市の片田舎

## ② 尼崎の好きなところ

・庄下川辺…桜も紅葉もキレイ、のんびりできます  
・可愛いお子さんとあちこちで合えること。こっそりアイコンタクトをとっています。アヤシイ…

## ③ マイフォーム

Eテレ「2355」のトビー(トビハゼだそうです)。まったりしています。



# 尼崎市立すこやかプラザ

(指定管理者 認定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》 親子で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
- 子どものみ、大人のみでの利用不可(ポット、電子レンジ等は置いていません)

## 《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カ月～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カ月前から2日前まで \*経験豊富な保育士2人が常駐!

## 《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カ月前の月初から
- 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

〒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

TEL06-6418-3463 / FAX06-6418-3464

E-mail sukoyakaplaza@nifty.com



### 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)



尼崎市立すこやかプラザ

検索



HPでもすこやかプラザ  
だよりを見ることができ  
ます。