

事前申込み必要

● わいわい育児トーク

「集団生活に入る前の心構え」
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：2月17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：2月3日(金)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

日時：3月16日(木) 10:00~12:00

【1部】若さを保つ秘訣

【2部】チェアエクササイズ

講師：地福 恵子さん

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：2月6日(月)より

● 支援者養成講座

「楽しく実践・乳幼児との遊びアイデア」

子育て支援の場で使える、手遊びや簡単な工作を学びます。

日時：2月14日(火) 10:00~12:00

講師：青山 美香さん(ばたばたぼん主宰)



申込み：受付中

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463

対象：子育て支援に関心のある方、
これから始めようと思う方
(託児なし。大人のための講座です。)

場所：すこやかプラザ ホール

定員：20人(先着) / 参加費：無料

当講座を受講すると「すこやかプラザサポーター」に登録
できます。地域の親子のために、すこやかプラザの子育て支
援事業をサポートして下さる方をお待ちしています！

● 介護者のためのセミナー&交流会 フロが教える介護のポイント

介護と仕事との両立、遠距離介護、介護疲れ
など、介護の不安や悩みはいろいろです。
同じ思いを抱える仲間同士、共に学び、今の
気持ちをおしゃべりしませんか？

講師：特別養護老人ホーム ロータスガーデン所属
ケアマイスター(社会福祉法人あかね)

対象：介護の必要なご家族のいる方・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



日時：3月4日(土) 13:00~15:00

申込み：2月9日(木)より

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463

● ふたごのための育児教室

共催：保健所健康増進課 協力：尼崎市立花北・南地域包括支援センター

日時：2月7日(火) 10:00~11:30

内容：「親子で遊ぼう Time」

講師：認定NPO法人子どものみらい尼崎
岩佐 恵子さん、西口 真美さん

対象：多胎児の親子または妊娠中の人

場所：すこやかプラザ ホール / 参加費：無料

*座談会「先輩ママと妊婦さんで語ろう」
も行います。妊婦さんもお越しください。

✓ 詳しい内容の問い合わせ・申込みは



尼崎市保健所健康増進課
TEL 06-4869-3053

すこやか情報局

投票箱



すこやか 絵本総選挙

2016年11月~12月の間、PALの絵本
コーナーにてみなさんのおすすめ絵本を書いて
貼ってもらう「すこやか絵本総選挙」を開催！

複数票入ったのは1冊(2票)だけで、他はす
べて1票のものばかりでした。今回はそのうちの
数冊をご紹介します。



「わたしのワンピース」

<2票> 作:にしまき かやこ

真っ白なワンピースが様々
な景色に変わってる様子が、
とてもかわいらしくて大好き
です！ pn.なかじま ちかこ

私が生きている時に大好きだ
った絵本です。 pn.くろありゅ

<1票> 「にんじんさんがあかいわけ」

作:松谷 みよ子 絵:ひらやま えいぞう

「なるほど!!だからにんじんさんは
あかいんだー」って子どもと一緒に
うなづける本。 pn.きょん

<1票> 「ねずみのいえさがし」

作:絵:ヘレン・ピアス 訳:松岡 享子

3部作です。全部おすすめ! pn.おうじゅ