

# 夏休み企画

託児付き講座

## 家族でチャレンジ! わくわく健康づくり



家族一緒に参加できる健康づくりプログラムです。  
体力・気力アップでココロもカラダも元気になろう!

8月15日(金) 午後1時30分～3時30分

場 所: 尼崎市立すこやかプラザ 多目的ホール、尼崎市保健所

内 容:

クイズ: カラダ博士になろう!  
レシピ紹介&試食: 野菜たっぷり朝ごはん  
歯みがきレッスン: どこを磨くの?ここでしょ!  
体力づくり: 毎日プラス10分の運動習慣

対 象: 子育てファミリー20組 (小学生とその保護者)

参加費: 無料

ただし、小さなお子様連れの方には、すこやかプラザによる託児(1歳以上の子ども、お1人につき保険料500円が必要)がございますので、ご利用下さい。

持ち物: 動きやすい服装・靴、筆記用具、お茶、汗拭きタオル、ハンカチなど

申込み: 7月4日(金)より、尼崎市コールセンターにて受付開始(先着順)

尼崎市コールセンター 06-6375-5639

受付時間:(平日)午前8時30分～午後7時、(土・日・祝)午前9時～午後5時



【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)

《問い合わせ先》

尼崎市保健所 (06-4869-3053)

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)

〒660-0052

尼崎市七松町1-3-1-502 フェスタ立花南館5F