



講座・教室

尼崎地域産業活性化機構から

◆スマホ・タブレット専門マンツーマン教室 平日午後3時30分～4時30分。先各日10人 2回9900円。

◆プロから学ぶデジタルカメラ教室(火・水曜日クラス) 毎月第2・4火曜日午後6時15分からと毎月第2・4水曜日午前9時からの各80分。先各クラス12人 4200円。

◆いずれも中小企業センターで。3月4日から電話で同機構 ☎7173・3123。

尼崎市史を読む会

3月5日(木)午後6時～7時30分、中央図書館で、「藩主の一生」などを。資料代実費 不要 岡地域研究史料館 ☎6482・5246(火曜日)。

小田地区会館で

日程などは右下表の通り。

時間や定員などは教室により異なります。②5000円③8000円。いずれも3月5日から開催日の2日前までに電話で(①は直接も可) 同館 ☎6488・2574(水曜日)。

教室名	月	日
①健康セミナー「食事の大切さ」	3	7
②姿勢改善サポート塾	3	15
③カラダにやさしい料理塾	3	21

文化財収蔵庫から

◆水曜歴史講座 3月11日(水)午後2時～4時、同収蔵庫に講話を。先20人 不要 岡同収蔵庫 ☎6489・9801(水曜日)。

◆古文書講座 4月～9月

「入門」毎月第1・3水曜日。先10人「経験者」毎月第1・3月曜日か第2・4火曜日、第1・3水曜日。先各5人。いずれも時間は午後1時30分～3時30分、中央公民館で。8000円 3月4日から電話で同収蔵庫。

武庫地区会館で

日程などは右下表の通り。時間などは教室により異なります。①3000円②6000円

円③9000円。いずれも3月5日から直接同館 ☎6431・7899(水曜日)。

教室名	月	日
①誰にも聞けない知っ得マナー体験会	3	13
②暮らしすっきり! 整理収納キッチン編	3	26
③誰でも楽しく英会話	3	26

女性スタートレピエで

①男性のためのストレスコントロールセミナー 3月14日(土)午後1時30分～3時30分。

②「おばあちゃんの居場所」を映像で見るワークショップ 3月22日(日)午後2時～4時、DVDを上映し、その後の物語を作るワークショップを。先20人 5000円 3月4日から電話かファクス(住所・氏名・電話番号を書いて) 同センター ☎6436・6331、FAX 6436・5757(水曜日)。

③DV被害に遭った女性のための気づきと回復の講座 4月10日～9月25日金曜日午前10時～正午計12回。同DV被害者の女性 20人 5000円 3月5日から電話か直接同センター。

④託児あり(対1歳～就学前児 各12人 必要)。笑いヨガ 3月14日(土)午後2時～3時30分、ベイコム総合体育館で。中学生以上の人 先50人 3月4日から電話か直接同館 ☎6481・0201(水曜日)。

⑤脱不眠症!! 良質な睡眠をとる10の方法 3月15日(日)午前11時～正午、ウッディで、講話を。市内在住か通勤、在学の15歳以上の人(中学生を除く) 先25人 3月4日から電話か直接ウッディ ☎6436・1730(水曜日)。

⑥アロマ日和 in 尼崎 3月16日(月)午前10時～正午、すこやかプラザで、アロマオイルを使ったトリートメントなどを。先1000円、フット2000円 不要 岡水取宅 ☎080・1436・0159。

⑦親子deアロマ 3月30日(月)午前10時～正午、あまがさき環境オープンカレッジで。市内在住か通勤、在学の親

子 20人 2500円 3月4日～27日に電話で水取宅。

⑧高齢者疑似体験とサポート教室 3月16日(月)午後1時30分～3時30分。先10人。

⑨聴力障がいの方へのコミュニケーションサポート講座 4月8日～6月3日水曜日午後1時30分～4時計7回。市内在住か通勤、在学の人 先30人。

⑩いずれも社協会館で。3月4日から電話かファクス(住所・氏名・電話番号・講座名を書いて) 同センター ☎6481・7733、FAX 6481・7343。

消費生活センターの講座

◆人口減少社会に備える 医療・年金・税の最新情報 3月12日(木)午後1時30分～3時30分、講話を。対象は市内在住の人。定員先着50人。

◆携帯・スマホ デビューの前に知っておきたい事 3月25日(水)午後1時30分～3時30分、講話を。対象は市内在住の小・中学生と保護者。保護者のみの参加も可。定員先着30組。いずれも同センターで。申し込みは3月4日から電話か直接同センター ☎6438-4194へ。

園田地区会館で

日程などは左表の通り。時間や定員などは教室により異なります。②8000円～12000円③3000円。いずれも3月5日(③は20日)から電話で同館 ☎6493・0140(水曜日)。

教室名	月	日
①Let's Dance	3	16
②お花のブローチ	3	24
③哲学Bar	3	3

健康教室

3月18日(水)午前10時～11時30分、上ノ島総合センターいきいき館で、講話と体操を。市内在住の人 先30人 3月4日から電話か直接同館 ☎6