

事前申込み必要

● わいわい育児トーク

「転勤族のママ集まれ！」
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：5月22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：5月7日(木)より



すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463

● すこやか元気アツ講座

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：6月18日(木) 10:00~12:00

【1部】ココモ予防のための食事

講師：尼崎市保健所 健康増進課 職員

【2部】ココモ予防のための体操

講師：尼崎市スポーツ振興事業団 指導員

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：5月7日(木)より

保健所健康増進課に申込み

● ふたごのための育児教室 共催：保健所健康増進課

日時：6月8日(月) 13:30~15:30

内容：「ふたごちゃん、こんにちは！ふたごの妊娠・
出産」～レッツトライ！同時授乳～

講師：林 周作さん
(大阪府立母子保健総合医療センター産科医長)
大岸 弘子さん
(日本多胎児支援協会理事)

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 / 託児：先着12人

*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。



尼崎市保健所健康増進課
TEL 06-4869-3053

✓ 詳しい内容の問い合わせ・申込みは

その他募集

あじやかまつり in 尼が咲き 2015



実行委員募集!

11月下旬にすこやかプラザで開催する「すこやかまつり」の実行委員として、
6月~12月まで(毎月1回程度)活動して下さる方を募集します。

日時(予定)：① 実行委員会 毎月第1月曜日(6/1, 7/6, 8/3, 9/7, 10/5, 11/2, 12/7)
午後1時00分~3時00分

② すこやかまつり in 尼が咲き 2015 11月28日土曜日 午前9時~午後5時

対象：実行委員会、イベント当日に参加可能な方

場所：すこやかプラザ / 定員：若干人(選考)

申込み：5月7日(木) ~ 22日(金)

✓ 申込み方法等、詳しくはすこやかプラザ
までお問い合わせください。

すこやかプラザ
TEL 06-6418-3463