

あまがさき・魅力案内所 **アイプラス** **あまらぶ i + Plus**



ご利用を!

JR尼崎駅西改札口南側に開設した同案内所（上写真）では、本市の観光交流情報の提供・相談、ボランティアガイドの案内受け付けなどを行います。営業時間は午前10時～午後6時、毎月第2・4火曜日休み。詳しくは同案内所 ☎050-3772-5410へ。

24▶25

お知らせいろいろ

異なります。①1回900円 ②1200円 ③600円。いずれも④6月4日から直接同館 ☎6431-7899（休水曜日）。

教室名		月	日
① 誰でも楽しく英会話	6	30	26
② 簡単精進料理	30	30	26
③ 暮らしすっきり整理収納キッズ用品編	30	30	26

すべらない栄養学

6月27日(土)午後2時～3時30分、中央図書館で、「栄養とおいしい料理」をテーマに缶詰レシピーや本の紹介などを。
 ④成人⑤6月4日から電話で同館 ☎6481-5244（休月曜日と毎月最終木曜日）。

食品サンプル作り教室

6月27日(土)午後2時～4時、青少年センターで、食品サンプルでお菓子の家作りなどを。⑥市内在住の小・中学生。小学3年生以下の人は保護者同伴で。⑦40人⑧500円⑨6月16日(必着)までに往復はがき(1人1枚)に住所・氏名・ふりがな・電話番号・学校名・学年・保護者氏名を書いて同センター青少年課(〒661-0013栗山町2丁目25の1) ☎6429-3020へ。⑩休月曜日。

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

教室名		月	日
① イタリア料理塾	6	30	
② 健康セミナー	7	18	
③ パパママ簡単手作りお菓子	11	18	

おいしい簡単ヘルシー料理教室

【園田公民館】7月1日(水)「女性スタートレピエ」7月2日(木)【小田公民館】7月9日(木)。いずれも時間は午前9時30分～正午。⑪市内在住の人⑫各25人⑬1000円⑭6月4日から電話かファクス(住所・氏名・電話番号・希望日を書いて)で尼崎在宅栄養士会野田宅 ☎FAX 6429-5383。

たなばたクッキングスクール

7月4日(土)午前9時～午後2時、サンビビック尼崎で。⑮小学生以上の人。小学2年生以下の人は保護者同伴で⑯20人⑰1200円⑱6月5日から直接サンビビック尼崎 ☎6413-8171（休月曜日）。

私らしく働きたい女子のためのハッピーキャリアセミナー

7月15日～8月5日毎週水曜日午後2時～4時(22日(水)は午前10時30分～午後0時30分)、女性スタートレピエで。⑲15～39歳の独身女性⑳12人㉑7月5日(郵送は4日必着)までに申込書を郵送か直接同センター(〒661-0033南武庫之荘3丁目36の1) ☎6436-6331へ。㉒休月曜日。申込書は同センターにあります。同センターのホームページから印刷も可。㉓場外のお話と軽体操

パソコン

7月16日(木)午前10時～正午、すこやかプラザで。⑳50歳以上の人㉑50人㉒6月5日から電話で同プラザ ☎6418-3463（休水曜日）。

たのしい市民パソコン教室

【月～土曜日プラス】6月5日～30日午前10時～午後1時・6時30分から各2時間、中小企業センターで。㉓3回6300円㉔6月4日から電話で尼崎地域産業活性化機構 ☎7173-3123。大庄ふれあいパソコン教室 6月15日(月)午後2時～4時

時、大庄コミュニティルームで、暑中見舞いの作成を。㉕市内在住の人㉖10人㉗500円㉘6月4日～12日に電話かファクス(氏名・電話番号を書いて)で広瀬宅 ☎6418-2120、FAX 6418-1342。

スポーツ

アウトドア



フリーテニス

6月7日(日)(雨天のときは14日(日))午前10時～正午、橋公園で。㉙不要①尼崎フリーテニス協会梶島宅 ☎64489-4336。

生涯スポーツ月例行事

◆サイクリング 6月14日(日)(雨天のときは21日(日))午前8時～午後4時。橋公園に集合し、大阪城など約50kmを。②小学4年生以上の人③100円④電話で尼崎サイクリング協会松田宅 ☎6411-9621。

◆史跡巡り 6月14日(日)午前9時～正午。阪神尼崎駅南側に集合し、琴浦神社など約5kmを。⑤150円⑥不要⑦尼崎史跡オリエンタリングの会橋本宅 ☎6429-6594。

◆ジョギング 6月21日(日)午前9時30分～正午。西武庫公園野外ステーション前に集合し、3～10kmの自由走などを。⑧100円⑨不要⑩尼崎走ろう会大島宅 ☎6481-0685。

スイミングスクール無料体験

6月25日～30日、ウッディで、成人クラス・マスターズクラスを。㉚同スクールに初めて参加する15歳以上の人(中学生を除く)㉛各クラス3人㉜6月5日から電話か直接ウッディ ☎6436-1730（休月曜日）。

ユニバーサルテニス体験教室

7月11日(土)午前10時～11時30分、身体障害者福祉センターで、障害者と共に楽しめるテニスの体験を。㉝市内在住の人㉞10人㉟6月4日～14日に電話か直接同センター ☎6423-0015（休月曜日）。