

事前申込み必要

● わいわい育児トーク

「子どもと習い事」
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：**3月24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：**3月6日(月)**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：**4月20日(木) 10:00~12:00**

【1部】回想レクリエーション

講師：森 一夫さん

【2部】自力整体

講師：西谷 みどりさん

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：**3月7日(火)**より

● 尼崎市食育フォーラム「夢をかなえる…食の力」

日時：**3月19日(日)**
14:00~16:30(受付:13:30~)

対象：関心のある方どなたでも

場所：すこやかプラザ ホール

定員：150人(先着)

参加費：無料

主催(問い合わせ・申込み先)

尼崎市保健所健康増進課
TEL 06-4869-3053



食育講演会『スポーツと栄養 ~元気を育てる食べ方・飲み方~』

講師：海老 久美子さん
(立命館大学スポーツ健康科学部・同研究科教授)

パネルディスカッション

パネリスト(予定)

- ・尼崎市立尼崎高校スポーツトレーナー
- ・養護教諭
- ・尼崎市立双星高校野球部マネージャー

助言者

- ・海老 久美子さん



* 詳しくはチラシでご確認ください。

● 介護者のためのセミナー&交流会 フコ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。

同じ思いを抱える者同士、共に学び、今の気持ちをおしゃべりしませんか？

日時：**3月4日(土) 13:00~15:00**

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

申込み：受付中

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463



えほん すこやか 絵本総選挙

2016年11月~12月の間、PALの絵本コーナーで、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」を開催しました。

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4冊をご紹介します。



<1票>「だるまさんが」「だるまさんの」「だるまさんと」 作:かがくい ひろし
赤ちゃんの時から大笑いします。
pn.はるぼう!

<1票>「おしいれおぼけ」
作:マーサ・メイヤー 訳:今江 祥智
おぼけにポコンとひとつうちする所。
pn.イヌとイス



<1票>「たこしんごう」 作:赤川 明
おじいちゃんと孫がおさんぼしている、ほのぼのするお話です。
pn.くいしんぼう

<1票>「木がぼうり」 作:tupera tupera
ジャバラ絵本。工夫がいっぱいで楽しい。お部屋に飾れるオシャレな絵本です!!
pn.おかしくん