

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