

🕒 時間内いつでもどうぞの広場。

12月の予定

上段：午前 下段：午後

月		火		水		木		金		土		日	
27		28		29	30			1	2	3			
								3月分ホール 利用受付開始	ファミリー スクール⑩ 介護とリハビリ セミナー				
4	ふたごのための 育児教室	5	ファミリー スクール⑩	6	休館日	7		8		9		10	音楽&運動ひろば 陽だまりズム
										ちびっこ クリスマス会 (受付終了)			おもちゃクリニック
11	悠友サロン 絵本読み聞かせ会	12		13	休館日	14		15		16		17	
	絵本読み聞かせ会									乳幼児救命講座			
18	🕒 ツインズ広場	19		20	休館日	21	元気アップ講座 (受付終了)	22	わいわい育児 トークング	23	天皇誕生日	24	働くママの おしゃべりタイム 🕒 パパとふれあい広場 🕒 ほのほの広場
	🕒 びよびよタイム												
25		26		27	休館日	28		29	休館日	30	休館日	31	休館日

事前申込み必要①

*年末年始のお休みは 12月29日(金)~1月3日(水)になります。
*12月は毎月最終日曜日開催の「パパ広場」「働くママ」「ほのほの」の日程が、第4日曜日になっています。ご注意ください。



● わいわい育児トークング ㊦

「パートナーとのコミュニケーション」
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：12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)

定員：10人(先着) / 参加費：無料



申込み：12月4日(月)より ➡

すこやかプラザにて電話受付
TEL 06-6418-3463

← 申込み：12月7日(木)より

● すこやか元気アップ講座 ㊦

日時：1月18日(木) 10:00~12:00

【1部】ラフターヨガについて

講師：坪井 恭一さん
(ラフターヨガ東園田わははの会 主宰)

【2部】チェアエクササイズ

講師：地福 恵子さん

対象：50歳以上の方

定員：50人(先着) / 参加費：無料



● 知って得する！介護とリハビリセミナー ㊦

今後の自分や家族のために、制度や技術など、介護の基礎を一緒に学びませんか？ 高齢者支援の専門職が、みなさんの質問にお答えします。

日時：12月2日(土) 13:00~15:00



内容：高齢者施設ってどんなところ？

講師：市内高齢者施設スタッフ / 参加費：無料

対象：関心のある方 / 定員：20人(先着)

協力：尼崎市立花北・南地域包括支援センター

すこやかプラザにて電話受付
申込み：受付中 TEL 06-6418-3463