

事前申込み必要

場所：多目的ホール

### わいわい育児トーク



「集まろう！アラフォーママ」  
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：11月26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(申込先着) / 参加費：無料

### すこやか元気アップ講座

日時：11月18日(木) 10:00~11:15

\*10月と同じ内容です。(どちらか1回申込み可能)

内容：ロコモ予防の体操

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

定員：30人(申込先着) / 参加費：無料



申込み：11月5日(金)より →

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

← 申込み：受付中

### 乳幼児の事故予防と応急手当法講座

総合病院での子どもの事故やケガの事例を聞き、  
もしもの時の応急手当を学びます。これを機会に、  
お家での安全対策を見直してみましょう。

日時：12月4日(土) 10:00~12:00

講師：川村 桃子さん(兵庫県立尼崎総合医療センター  
小児救急看護認定看護師)

対象：第一子が0歳~2歳児の保護者  
\*子どもを同伴しての受講はできません。

定員：20人(申込先着) / 参加費：無料



申込み：11月12日(金)より →

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

← 申込み：11月11日(木)より

### 子育て支援者養成講座

#### 知って納得！今どきの子育て



長年にわたり地域の子育て支援活動に尽力し、  
お孫さんを持つおばあちゃんでもある講師と一緒に  
「今どきの子育て」について考えます。

日時：12月2日(木) 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：子育て支援に関わっている又は、  
これから始めたいと思っている人

定員：15人(申込先着) / 参加費：無料

### ちびっこクリスマス会

親子で楽しめる参加型のクリスマス会です♪  
一足早いクリスマス気分を味わいませんか？  
サンタさんにもあえるかな。

日時：12月11日(土) (時間は選べません)

①10:00~10:45 ②11:15~12:00

内容：歌・ダンス など

【出演】Switch (スイッチ)

宝塚北高校演劇科の卒業生で結成  
されたダンスグループ。様々な場で  
パフォーマンスをおこなっています。

対象：就学前の子どもと  
その保護者

定員：①② 各 15組

参加費：無料

申込み：専用申込みフォーム →



ちびっこクリスマス会  
申込みフォーム



すこやかプラザHPP  
からも申込み可能

### 知って得する！介護セミナー

#### ～介護保険制度の基礎知識～

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：11月25日(木) 14:00~15:15

講師：頼末 拓也さん  
(立花南地域包括支援センター長)

協力：尼崎市 立花南・北地域包括支援センター

対象：関心のある方

定員：15人(申込先着) / 参加費：無料

申込み：11月5日(金)より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463



【締切】11月23日(火)

※申込み多数の場合抽選

すこやかプラザ主催の事業は、【午前の事業】午前9時の時点  
【午後の事業】正午(午後0時)の時点で尼崎市に大雨・洪水・  
暴風警報のいずれかが発令されている場合、中止となります。

