

事前申込み必要

場所：多目的ホール

### わいわい育児トーク

「私のライフプラン」  
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：**6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)

定員：10組(申込先着) / 参加費：無料



### すこやか元気アップ講座

日時：**6月16日(木) 10:00~11:15**  
**7月21日(木) 10:00~11:15**

\*2か月同じ内容です。(どちらか1回申込み可能)

内容：チェアエクササイズ

講師：地福 恵子さん  
(チェアエクササイズ・インストラクター)

対象：50歳以上の方

定員：各30人(申込先着) / 参加費：無料

申込み：**6月6日(月)**より →

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

← 申込み：**6月5日(日)**より



### 初めての赤ちゃんのパパママへ…

#### 乳幼児の事故予防と応急手当法講座

子どもの成長と共に、気になることが増えるもの。家庭内に潜む危険に気づき、対策について学びましょう。小児救急看護認定看護師から実例を聞ける機会です。

日時：**7月2日(土) 13:30~15:30**

講師：川西 貴志さん(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：0歳~2歳児(第一子)の保護者  
(子どもを同伴しての受講はできません)

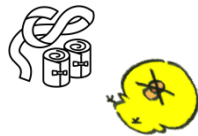
定員：20人(申込先着) / 参加費：無料

託児：10人(満6か月~2歳児)

\*託児料 一人につき500円(講座と一緒に申込み)

申込み：**6月10日(金)**より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463



### 知って得する!介護セミナー

#### ① 介護保険制度の基礎知識

介護保険制度の利用方法やサービスの種類、費用の例などについて教えて頂きます。

日時：**6月21日(火) 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)

#### ② フロが教える介護のポイント

簡単な介護体験や介護技術のデモンストレーションを通して、「優しい介護のコツ」を学びます。

日時：**7月12日(火) 14:00~15:15**

講師：竹本 勝則さん  
(社会福祉法人あかね所属ケアマイスター)



\*両方でも、どちらか1回でも受講可能です!

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：各回15人(申込先着) / 参加費：無料

申込み：①②どちらも

**6月6日(月)**より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

### 心と体を育む 幼児食講座

日時：**6月23日(木) 10:00~11:00**

対象：1歳以上~3歳未満の子どもと保護者  
保護者のみの参加も可能

定員：15組(申込先着) / 参加費：無料

主催：尼崎市北部・南部保健福祉センター

申込み：**6月6日(月)**より

南部地域保健課  
TEL 06-6415-6342



### 認知症サポーター養成講座

日時：**6月24日(金) 14:00~15:30**

定員：15人(申込先着) / 参加費：無料

主催：尼崎市役所包括支援担当

申込み：**6月6日(月)**より

包括支援担当  
TEL 06-6489-6356



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。

