

要申込み

すこやか

元気アップ講座

日程	受付開始日	内容
8/18(木)	8/7(日)	ラジオ体操・椅子に座ってできる体操・口腔体操 講師による体操ではなく、スタッフと一緒に行います。 1部・2部同じ内容で、どちらかのみ参加可能です。 お申込み頂ければ毎月参加しても構いません。 気軽にできる体操です! 身体を動かして、リフレッシュしませんか♪
9/15(木)	9/4(日)	
10/20(木)	10/2(日)	
11/17(木)	11/6(日)	
12/15(木)	12/4(日)	

時間 (1部) 午前 10:00~10:30
(2部) 午前 10:45~11:15

場所 多目的ホール

参加費 無料

対象 50歳以上の方

定員 各回 15人(申込先着)

申込み

電話にて受付

TEL **06-6418-3463**

- * 感染症予防にご協力ください。①マスク着用 ②会場入口での検温 ③入場前の手洗いと手指消毒
- * 予定は変更になる可能性があります。
- * 開催日当日、午前9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は中止となります。

尼崎市立すこやかプラザ (指定管理者 認定NPO法人子どものみらい尼崎)

〒660-0052
兵庫県尼崎市七松町1丁目3番1-502号
フェスタ立花南館 5F

ホームページ



TEL 06-6418-3463

FAX 06-6418-3464

Mail sukoyakaplaza@nifty.com

〈開館時間〉午前9時~午後5時

〈休館日〉毎週水曜日・年末年始
(多目的ホールは水曜日も開館)

- JR立花駅
改札から2階通路を通って南にまっすぐ
- 阪神バス尼崎市内線(幹線)
14・15・30・47・AD1番 JR立花駅(上)
43・49・50・55番 JR立花駅(下)下車
- 南館3・4階に民間駐車場あり(有料)
- 南館周囲に民間駐輪場あり(有料)

