

事前申込み必要

場所：多目的ホール

### わいわい育児トーキング



「イヤイヤ期とは？」  
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：**8月25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  
申込み：**8月7日(月)**より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

### すこやか元気アツアツ講座

日時：**8月17日(木) 10:00~11:15**  
内容：リズム&ストレッチ体操  
講師：久々知良子さん(フィットネス・インストラクター)



日時：**9月21日(木) 10:00~11:15**  
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：60人(申込先着) / 参加費：無料  
申込み：8月・9月 両方の申込みも可能

### みんなのコンサート

～クラリネットから世界を見ると～

日時：**8月19日(土) 14:00~15:00**  
出演：あいう de トリオ

～演奏予定曲～  
モーツァルト「魔笛」より  
「ガーシュイン・メドレー」  
「クラリネットをこわしちゃった」他



対象：どなたでも / 参加費：無料  
定員：60人(申込先着)  
協力：(有)ハーモニー楽器  
申込み：**8月7日(月)**より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463

### パパと絵本 de あそび

パパと一緒に絵本の楽しさを♪

日時：**9月2日(土) 14:00~15:00**  
内容：スタッフによる読み聞かせ、絵本の紹介など  
対象：就学前の子どもとその男性保護者 / 参加費：無料  
定員：[会場] 10組(抽選)  
[オンライン] 5組(抽選)

オンライン(Zoom)  
での参加もOK!



申込み：専用申込みフォームより →



\*締切日：**8月27日(日)**

### ようこそ!フレママ&パパ atびよびよタイム

日時：**9月18日(月・祝) 13:30~15:00**  
対象：第一子を妊娠中の方とそのパートナー  
\*妊婦さんのみの参加も可  
定員：5組(抽選) / 参加費：無料

申込み：専用申込みフォームより →

\*締切日：**9月11日(月)**



### 新米ママセミナー

赤ちゃんとの暮らしがスタートしたけれど、ちょっぴり不安...子育て初心者のママ同士で交流しながら育児の基本を学び合いましょう!



日時：**9月5・12・19日**  
**14:00~15:00 (毎週火曜日・全3回)**

内容：赤ちゃんについての学習と仲間づくり  
対象：3~6か月の子ども(第一子)と母親  
定員：10組(抽選) / 参加費：無料

申込み：専用申込みフォームより →

\*締切日：**8月17日(木)**



### 認知症サポーター養成講座

日時：**8月7日(月) 10:00~11:30**  
申込み：受付終了

主催・問合せ： 尼崎市包括支援担当  
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。

