



女性のための

# ふらっとカフェ

参加費  
無料

あなたの居場所になるような「ふらっとカフェ」  
ふらっと気軽に来てみてください♪  
お茶を飲んでお話したり、イベントに参加したり  
好きにお過ごしください

毎月第2日曜日

13:30~16:00

in 尼崎市女性センタートレピエ

ふらっとカフェ開催日

## イベント・ワークショップのご案内



★ 10月8日 プレ開催

アンブレラマーカ-  
を作ろう



11月12日

椅子deヨガ

心も体もの〜びのび♪

12月10日

アロマでリラックス♡

いい香りに癒されよう



1月14日

スマホで簡単  
おしゃれフォト講座



2月11日

コラージュして自己表現♪



3月10日

押し花アートを楽しもう

(作品を持ち帰る小さめの袋をご用意ください)



参加費無料  
ご予約不要

※保育(一歳児以上未就学児)  
をご希望の方はご予約必要  
※小学生以上のお子様をお連れの方は  
お電話でご相談ください

手ぶらで  
気軽にご参加

お茶もご用意しております♪

お茶だけのご参加もOK♪

ワークショップは  
13:30~スタート!

残りの時間は  
のんびりお話タイム♪

ワークショップのみ  
ご参加もOK♪

助産師さんが在席

身体の不安や、お悩みなど  
気軽にお話できます  
(個人情報厳守なので安心♪)

今日も誰とも話さなかった…  
近くに友達がいない  
誰かつながりたい、  
女性同士でほっとしたい



女性のための

# ふらっとカフェって？

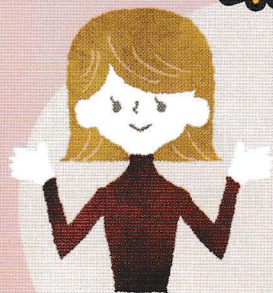
気楽にふらっと立ち寄って  
お茶を飲んだり、おしゃべりしたり  
どなたでも来れる女性の居場所です  
イベントやワークショップもご用意！

安心して集えるふらっとカフェです



## 助産師さんに 聞いてみよう♪

お気軽に助産師さんに  
聞いてみてください♪



最近なんだか体調がよくない…  
生理前は特にしんどい…  
生理の量が多い…など  
産婦人科に行くのは勇気がいるけれど  
ちょっと気になる身体の事

ふらっとカフェには、  
助産師さんが在席しています



## ママも安心♪

1歳以上未就学児のお子様のママが  
ふらっとカフェに参加するときは  
一時保育ができます♪

※要予約・無料

小学生以上のおこさまを  
お連れになる際は、  
事前にお電話でご相談ください



- ・参加費無料
- ・予約不要
- ※保育（1歳以上未就学児）を希望される方は予約が必要です。無料  
（小学生以上のお子様をお連れになる方はお電話でご相談ください）
- ・はじめの1時間はイベント・ワークショップがあります
- ・お茶だけの参加もOK♪  
ワークショップだけの参加もOK♪
- ・残りの時間はゆったりお茶を飲みながらおしゃべりタイム♪
- ・助産師さんが在席します☆  
身体の不安や、女性特有のお悩みなど気軽にお話ししてみてください  
（もちろん個人情報厳守なので安心）

トレピエ職員も参加しています  
色々な話題を話しましょう

お問い合わせ 尼崎市女性センター・トレピエ

〒661-0033 尼崎市南武庫之荘3丁目36-1

開館日 火～土曜日 9:00～21:00 日曜日 9:00～17:00

閉館日 月曜日・祝日・年末年始

阪急電車 「武庫之荘駅」南出口から南へ200m

阪神バス 15・43・47・49・55・AD1番「北図書館」から北へ80m

※駐車場はありません



詳しくはHPへ

