

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

「子どもが集団生活に入る前に」  
をテーマに講師を交えてお話を。

日時：1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組(申込先着) / 参加費：無料

申込み：1月6日(土)より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463



### すこやか元気アップ講座

日時：1月18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：受付終了



### みんなのコンサート

~ひだまりコンサート~



日時：1月20日(土) 14:00~15:00

出演：ハーメルンクラリネットアンサンブル



1998年9月に「子連れで気楽にアンサンブルをしよう!」と結成。地域の子ども会や保育園、夏祭り、老人ホームなどボランティアで演奏活動しています。

~演奏予定曲~

勇気100% サザエさんメドレー 東京ブギウギ 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：1月9日(火)より

すこやかプラザ  
TEL 06-6418-3463



### もしもの安心!乳幼児救命講座

日時：1月13日(土) 10:00~12:00

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ください

申込み：受付終了



### 1歳からのむし歯予防教室

日時：1月22日(月) 14:00~15:00

内容：【お話】今日からできるむし歯予防  
【実演】仕上げみがきの方法  
デンタルフロスの使用方法  
【実施】ご希望の方はRDテスト  
(むし歯菌の量を調べます)

対象：1歳以上の幼児(概ね3歳まで)  
とその保護者

定員：10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・問合せ：

南部地域保健課  
TEL 06-6415-6342



### ふたごのための育児教室

日時：2月5日(月) 10:00~11:30

内容：① 助産師さんに聞いてみよう  
~妊娠中の過ごし方・出産に向けた準備~  
② レッツトライ!同時授乳

対象：尼崎市在住・在勤の多胎児を妊娠中の方  
やそのご家族

定員：8組(申込先着) / 参加費：無料

主催・問合せ：尼崎市保健所 健康増進課

申込み：1月9日(火)より 尼崎市HPから

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。

