

相続など夫婦・親族間の相談)調停中の案件不可

**【女性のための法律相談(要予約)】**

**日**10月2日(水)・11月9日(土)午後2時～4時(1人30分) **内**女性弁護士による、夫からの暴力や離婚問題等の相談(1案件1回限り・係争中の案件不可)

**金融相談**

**日**10月7日(月)午後1時～4時 **内**日本政策金融公庫による創業・経営資金・融資相談 **所**&**問**地域経済振興課 **☎**38-2033

**人権相談**

**日**10月8日・29日(火)午後1時～4時(要予約) **所**市役所分庁舎 **内**いじめ・いやがらせ、名誉棄損などを人権擁護委員に相談(1人1時間) **問**人権推進課 **☎**38-2055

**労働相談**

**日**10月21日(月)午後1時～4時 **内**社会保険労務士による労働・年金・社会保険・労働保険等相談 **所**&**申**&**問**地域経済振興課 **☎**38-2033

**女性のためのチャレンジ相談**

**日**11月7日(木)午前10時・11時・正午(1人50分) **内**女性相談員による就労・再就労・起業相談 **人**女性・先着3人(一時保育:0歳6カ月～未就学児) **申**10月1日(火)から右記へ **問**男女共同参画センター **☎**38-2023/ **✉**josei-ce@city.ashiyalg.jp

**DV相談室**

**日**毎週月～金曜(祝除く)午前9時～午後5時30分 **内**配偶者等からの暴力についての相談 **問**芦屋市DV相談室 **☎**38-9100

**高齢者・福祉**

**高齢者スポーツ大会**

**日**10月19日(土)午前10時～午後2時30分※雨天中止 **所**川西運動場 **内**玉入れなど **問**高齢介護課 **☎**38-2044

**和風園の催し**

**所**&**問**和風園 **☎**23-0485

**【いきいき健康体操教室】**

**日**10月4日・18日(金)午前10時30分～11時30分 **内**全身体操・リハビリ運動ほか **人**65歳以上・各15人 **費**100円 **持**水筒・タオル・上靴

**【高齢者栄養改善教室】**

**日**10月31日(木)午前10時～11時30分 **内**簡単調理、栄養指導 **人**65歳以上・10人 **費**300円 **持**エプロン・三角巾・上靴

**身体障がい者移動相談**

**日**10月4日(金)午前9時～正午 **所**西宮市役所東館 **人**身体障害者手帳所持の肢体不自由の人・障害者総合支援法の対象疾病に該当する人 **問**障害福祉課 **☎**38-2043

**さわやか教室**



**【芦屋市体育協会】**

**日**&**内**①10月16日～12月25日(水・11回)午前10時～11時15分/脳を刺激(コーディネーション運動)②10月17日～12月26日(木・11回)午前10時～11時15分/自力整体 **所**老人福祉会館 **人**65歳以上・各15人 **持**お茶・タオル・上履き **申**10月1日～4日に下記へ(応募多数抽選)※同一教室を前回受講された人は申込み不可※他会場のさわやか運動教室と同時参加不可※医師に運動を制限されている人は参加不可 **問**芦屋市体育協会 **☎**080-1405-4979

**【介護予防センター】**

**日**10月16日～3月18日(第1・3水・10回)午前10時～11時15分 **所**保健福祉センター **内**太鼓を叩いてリズムを楽しむ健康増進 **人**65歳以上・25人 **申**10月1日～4日に下記へ(応募多数抽選・初参加者優先) **問**介護予防センター **☎**31-0628

**【精道健康塾 介護予防カキラ】**

**日**10月30日～令和2年1月29日(水・10回)午前10時～11時 **所**保健福祉センター **内**椅子を使った体操など **人**市内在住65歳以上・20人 **持**タオル・水 **申**&**問**芦屋市精道高齢者生活支援センター **☎**34-6711

**【潮見高齢者生活支援センター】**

**日**11月1日～令和2年3月27日(第1・3金・10回)午前10時～11時30分 **所**芦屋浜管理センター **内**ボールを使ったストレッチや呼吸法 **人**市内在住65歳以上・20人(初参加者優先) **持**お茶・タオル **申**&**問**芦屋市潮見高齢者生活支援センター・宮本 **☎**34-4165

**社会福祉協議会の催し**

**【ワンコインサロン】**

**日**&**内**10月11日(金)「ナンプレ」18日(金)「写経」25日(金)「ヨーヨーモチーフのブローチ」午前10時30分～ **所**保健福祉センター **人**60歳以上・各15人 **費**100円(別途要材料費) **申**10月2日(水)午前9時から電話で右記へ **問**社会福祉協議会 **☎**32-7525

**【しょうがい者とのスポーツ交流ひろば】**

**日**10月15日(火)午後1時30分～3時30分 **所**保健福祉センター **内**障がい者スポーツ種目の体験 **人**市内在住・在勤・在学の人 **申**&**問**社会福祉協議会 **☎**32-7530・スポーツ推進課 **☎**22-7910

**【高齢者「会食懇談会」】**

**日**10月24日(木)正午～ **所**保健福祉センター **人**市内70歳以上・先着40人 **費**500円 **申**10月7日(月)午前9時から右記へ **問**社会福祉協議会 **☎**32-7525

**【子育てお役立ち講座】**

**日**10月26日(土)午前10時30分～正午 **所**保健福祉センター **内**発達障がいの理解と支援 **人**市内在住・在勤・20人(ファミサポ会員優先)託児5人(2歳～1人200円) **申**&**問**ファミリー・サポート・センター **☎**25-0521

**【第34回協力会員養成講座】**

**日**11月13日～21日(全6回) **所**保健福祉センター **内**発達・遊び・食事など子育てに必要な知識と技術を学ぶ **人**協力会員登録希望者25人(託児5人・2歳～1人200円) **申**&**問**ファミリー・サポート・センター **☎**25-0521

**子ども・子育て**

**図書館の催し**

**所**&**問**図書館 **☎**31-2301

**【えほんの会】**

**日**10月5日・26日(土)①午後2時～2時30分②午後2時30分

～3時 **人**①3歳以上②5歳以上・各40人(途中参加不可)

**【おはなしの会】**

**日**10月5日・26日(土)①午後2時～2時30分②午後2時30分～3時 **人**①小学1年生以上②3年生以上・各50人(途中参加不可)

**【打出分室・こどもおはなしの会】**

**日**10月12日(土)午後3時～3時30分 **所**打出教育文化センター **人**3歳以上・15人(途中参加不可・親子参加可)



よみかぜのへや

**児童センターの催し**

**所**&**問**上宮川文化センター **☎**22-9229/**FAX**22-1659/**〒**659-0061上宮川町10-5

**【子育てフリー相談】**

**日**10月1日・8日・15日・29日(火)午前10時～11時30分 **内**児童厚生員との個人面談(1日1組)※子ども同伴可 **申**電話で上記へ

**【うさぎひろば】**

**日**10月3日・10日・17日(木)午前10時～11時 **内**自由遊び・体操・手遊び・絵本 **人**平成29年4月2日～30年4月1日生まれと保護者・16組 **申**当日5分前から上記へ

**【グッピーひろば】**



**日**10月7日・21日(月)午前10時～11時 **内**自由遊び・歌・絵本 **人**平成30年4月2日～31年4月1日生まれと保護者・16組 **申**当日5分前に上記へ

**【あそびひろば】**

**日**10月30日(水)午前10時～11時30分(途中退出可) **内**保健師さんへの子育て質問会・紙芝居 **人**0～2歳と保護者・16組 **申**当日5分前から上記へ