

女性のための面接相談

所&申&問男女共同参画センター
☎38-2022(一時保育あり)
【女性の悩み相談(要予約)】
日①3月5日・12日・26日(金)午前10時～午後4時②3月19日(金)午前11時～午後4時・面接相談(1人50分間)
内①心の悩み(夫婦・家族その他、人間関係など心の整理をお手伝い)②家事(離婚・養育費・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3月6日(土)・4月7日(水)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)

人権相談

日3月9日・23日(火)午後1時～4時(要予約)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)所&問人権・男女共生課 ☎38-2055

若者相談センター「アサガオ」

所&申&問若者相談センター「アサガオ」☎22-5115/火～土・午前10時～正午・午後1時～4時受付
【電話相談・面談】
内専門相談員による電話・面談(50分)
【アサガオ親の会】
日毎月第1日曜日午前10時～11時30分内いっしょに不登校、ひきこもりのお話しをしましょう
【キ・テ・ミル・会】
日毎月第3土曜日午後2時～3時30分内日常の気になること・不安を聞かせて下さい人15歳位～40歳代の人

女性活躍相談



日毎週火曜日(第1除く)午後1時～4時(1人50分)内キャリアカウンセラーによる・就労・再就労・起業・地域活動相談※一時保育あり申&問男女共同参画センター ☎38-2022

家庭児童相談(24時間)

【面接・電話相談】☎38-8993
日月～金曜日・午前9時～午後5時30分所保健福祉センター内児童虐待の通報、子育ての悩みや心配ごとの相談(妊婦も含む)
※上記以外の時間(電話相談のみ)
☎0798-45-5535
【全国共通ダイヤル】☎189
【心理相談】
日3月17日(水)30日(火)午後1時30分～4時30分(1人45分)〈要予約〉内子どもの悩みを臨床心理士に相談人0～18歳未満の子どもと親(妊婦含む)問子ども家庭総合支援室☎31-0643

総合相談窓口

問社会福祉協議会 ☎31-0681
日毎週月～金曜・午前9時～午後5時30分(祝日除く)所保健福祉センター内生活に困っていること、仕事の悩みなどを専門の相談員が相談に応じます。
【セブシオ出張相談】
日3月9日(火)午後2時～4時所セブンイレブン 潮芦屋店内

DV相談室

日毎週月～金曜・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

補装具巡回相談

日3月19日(金)午前9時～正午所尼崎市身体障害者福祉センター内身体障害者手帳所持または障害者総合支援法の対象疾病に該当する人で対象補装具の支給要件を満たす人申&問障がい福祉課 ☎38-2043

寄ってカフェ

日3月19日(金)午後1時30分～4時所オンラインで実施内話しづらい悩みや心配事等の相談人5人申メール・電話で三田谷治療教育院へ☎22-5085/✉shurou-shien@sandaya.or.jp問地域福祉課 ☎38-2040

さわやか運動教室



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。日程・回数に変更となる場合があります。

【介護予防センター】
日&内①4月5日～6月21日(月・11回)午後2時～3時30分/脳を刺激(コーディネーション運動)②4月6日～6月22日(火・11回)午後1時30分～3時/しなやかな動きづくり人65歳以上・各15人(医師に運動を制限されている人は不可)持お茶・タオル・上履き申3月1日～3日に下記へ・応募多数抽選所&問介護予防センター ☎31-0628

【芦屋市体育協会】
日&内①4月7日～6月23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)②4月8日～6月24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10人(医師に運動を制限されている人は不可)持お茶・タオル・上履き申3月3日～5日に下記へ・応募多数抽選問芦屋市体育協会 ☎080-1405-4979

【セントラルウェルネスクラブ芦屋】
日4月8日～6月24日(木・11回)①午前10時～11時30分②午後1時～2時30分内椅子体操・脳のリフレッシュ体操ほか人65歳以上・各15人持お茶・タオル・上履き申3月12日～17日午前10時～午後6時に電話で下記へ(初心者優先、応募多数抽選)所&問セントラルウェルネスクラブ芦屋 ☎38-2525

【潮見高齢者生活支援センター】
日4月14日～8月25日(毎月第2・4水・10回)午後2時～3時所潮見集会所内シニアのためのヨガ人65歳以上・10人(初心者優先)持お水・長めのタオル申&問潮見高齢者生活支援センター・立木 ☎34-4165

【東山手高齢者生活支援センター】
日&内①4月15日～令和4年3月3日(毎月第1・木)午前10時30分

～正午「シニアヨガレッスン」②4月23日～令和4年3月25日(毎月第4・金)午前10時30分～正午「認知症予防講座～脳と身体にスパイスプラス」所①朝日ヶ丘集会所②コミュニティスペースふらっと人65歳以上・各10人(新規優先)申3月1日～31日に下記へ問東山手高齢者生活支援センター ☎32-7552

さわやか音楽リズム教室

日4月21日～9月15日(第1・第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でリズムを楽しむ人65歳以上・15人申3月2日～4日に下記へ・初心者優先、応募多数抽選問介護予防センター ☎31-0628

さわやか水中ストレッチ

日4月13日～6月29日(毎週火・11回)4月15日～7月1日(毎週木・11回)4月16日～6月25日(毎週金・11回)午前9時15分～10時45分人水中運動が可能65歳以上・各5人(介護認定を受けている人は、要介助者)申3月3日～11日(火～土・午前9時～午後5時)に下記へ(応募多数抽選)所&問福祉センター水浴訓練室 ☎31-0609

社会福祉協議会の催し

【ワンコインサロン】
日&内3月12日(金)ナンプレ/19日(金)マクラメ編み/26日(金)そろばん教室・午前10時30分～所保健福祉センター人60歳以上・各8人費100円(別途要材料費)申3月1日午前9時から電話で下記へ 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3月20日(土)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・在学申&問社会福祉協議会 ☎32-7530/スポーツ推進課 ☎22-7910

ひだまりの会

日3月24日(水)午後3時～4時所保健福祉センター内中高齢のひきこもりの子どもを持つ親の情報交換人10人問社会福祉協議会 ☎31-0681