

Living information

凡例…日日時(日程) 所会場・場所 内容 対象・定員 講師
 出演 費用(記載のない催しは無料) 持ち物 申し込み
 問い合わせ ※芦屋市の市外局番は(0797)です

ひだまりの会

日 6月22日(木)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を持つ親の情報交換 人 10人 問 社会福祉協議会 ☎31-0681

介護予防教室



日 6月28日(水)午前11時30分～午後0時30分 内 介護・フレイル予防の筋トレ 人 65歳以上の人・その支援に関わる人・先着25人 持 お茶・タオル・上履き 申 6月1日～下記へ 所 & 問 介護予防センター ☎31-0628

さわやか運動教室

日 & 内 ①7月3日～9月25日午後1時30分～3時「脳を刺激」(全11回)②7月4日～9月26日午後1時30分～3時「いつまでも元気で歩ける身体づくり」(全11回) 人 65歳以上・各20人(応募多数抽選) 持 お茶・タオル・上履き 申 6月1日～5日に電話で下記へ ※前回受講者は参加できません ※他会場のさわやか教室との同時受講不可 所 & 問 介護予防センター ☎31-0628

さわやか水中ストレッチ

日 7月4日～9月22日・毎週火・木・金曜・午前9時15分～10時45分(各全11回) 人 65歳以上・各10人(応募多数抽選) ※介護認定を受けている人は、原則介助者と一緒に入水 申 6月1日～10日・火～土曜・午前9時～午後5時に電話で下記へ 所 & 問 福祉センター水浴訓練室 ☎31-0609

さわやか体操教室

日 & 内 ①7月5日～9月20日(毎水)「はつらつ教室(生活筋力向上)」・午前10時～11時30分(全11回)②7月6日～9月21日(毎木)「じっくり教室(転倒防止)」・午前10時～11時30分(全11回)③7月6日～9月28日(毎木)「椅子体操・簡単な筋力トレーニング等」・午前10時～11時30分/午後1時～2時30分(各全12回) 所 ①②老人福祉会館③

セントラルウェルネスクラブ芦屋 人 65歳以上・各15人(応募多数抽選) 持 お茶・タオル③は上履き 申 ①②6月1日～8日・午前9時～午後5時に電話でシンコースポーツへ③6月9日～14日・午前10時～午後6時にセントラルウェルネスクラブ芦屋へ ※前回受講者は参加不可 ※他会場のさわやか教室との同時受講不可 問 ①②シンコースポーツ ☎080-4377-6943 ③セントラルウェルネスクラブ芦屋 ☎38-2525

東山手健康スクール

日 7月8日～令和6年2月10日・毎月第2土曜・午前10時～正午(全8回) 所 コミュニティスペースふらっと 内 健康づくりの講義とポッチャ 人 15人 持 お茶・タオル・上履き・筆記用具 申 6月1日～16日・午前9時～午後5時に下記へ 問 東山手高齢者生活支援センター ☎32-7552

子ども・子育て

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 6月9日・16日・23日(金)午前10時～11時30分 内 児童厚生員と面談 人 1日1組 申 電話で上記へ
【のびっこクラブ追加募集】
 日 6月9日～令和6年2月2日・金曜①午後3時～3時45分②4時～4時45分 内 運動遊び 人 ①幼稚園年中3人②年長7人(先着) 費 1,900円 申 6月2日(金)午前9時30分～電話で上記へ

子どもの居場所「ひみつきち」

日 & 内 6月2日(金)「キッズヨガ」/16日(金)「宇宙のひみつにチャレンジ」/23日(金)「芦屋のれきしたんけん」/30日(金)「音楽大好き」午後4時～6時・16日(7時まで) 所 高浜町ライフサポートステーション 申 直接会場へ 問 地域福祉課 ☎38-2040

講習・講座

総合公園の園芸講習会

日 & 内 ①6月6日(火)午後1時30分～3時「バラの育て方」②8日(木)午

前10時30分～正午「楽しい野菜づくり3」③14日(水)午前10時30分～正午「始めよう庭造り花作り3」④15日(木)午前10時30分～正午「アジサイのアレンジ」⑤18日(日)午前10時30分～正午「苔玉作り」⑥19日(月)午後1時30分～3時「カラフルリーフの寄植え」⑦24日(土)午前10時30分～正午「ハイビスカスを育ててみませんか」 人 各15人 費 ②③500円④⑤⑦2,000円⑥3,000円 持 筆記用具・持ち帰り用袋 申 開催の1週間前の午後5時まで 所 & 問 総合公園 ☎38-2103/ 問 FAX 25-2026/ashiyasogo@mizuno.co.jp

令和5年度防災記念講演

日 6月9日(金)午後3時10分～4時30分 所 消防庁舎3階多目的ホール 内 常に備える頑張らない防災 人 先着50人 問 芦屋防火安全協会事務局(消防本部予防課内) ☎32-2345

若者相談センター「アサガオ」2023年度連続セミナー

日 6月17日(土)・7月22日(土)・9月16日(土)・10月21日(土)・午後2時～3時30分(各4回・各回ごとの参加も可) 所 体育館・青少年センター 内 自分を知ること 他者(ひと)を知ること 人 30人 持 筆記用具 問 氏名・連絡先を記入しファクスで下記へ 申 若者相談センター「アサガオ」 ☎22-5115/FAX 22-5115

ASHIYA RESUME lecture



日 6月27日(火)午後1時～3時30分 所 リードあしや 内 芦屋の食文化を支える起業家に聞く、人生の切り拓き方 人 50人 師 岩城紀子氏 申 6月1日(木)ASHIYA RESUMEホームページへ 問 ASHIYA RESUMEプロジェクト事務局 ☎06-6373-5377

環境処理センター施設整備生活環境影響調査説明会

日 ①6月23日(金)午前10時～11時30分②24日(土)午後7時～8時30分③25日(日)午前10時～11時30分④26日(月)午後7時～8時30分 所 ①②環境処理センター③④潮芦屋交流センター 人 ①②50人③④70人 問 環境施設課 ☎32-5391

普通救命講習

日 6月25日(日)午前9時30分～午後0時30分 所 消防庁舎3階 内 心肺蘇生法・AEDの取り扱い・応急処置 ※受講者には修了証を交付 人 市内在住・在勤・在学の中学生以上・20人 申 電話か2次元コードで前々日の午後5時30分までに下記へ 問 消防本部救急課 ☎32-2345

保育士就職フェア～in芦屋～

日 6月25日(日)午前10時～午後2時 所 市民センター 内 保育関係の就職の相談 人 保育士・保育教諭資格所持者(取得見込み者含む) 問 ほしいく課 ☎38-2128

女性活躍推進事業

所 & 問 男女共同参画センター ☎38-2023 ※一時保育:300円・6人(要予約)
【女性のための働き方セミナー】
 日 6月28日(水)午前10時～正午 内 子育てママのこれからのライフプラン 人 未就学児の母親・先着8人 持 筆記用具 申 6月1日(木)より2次元コードから
【パソコンスキルアップExcel講座】
 日 7月1日(土)午前10時～正午 内 Excel操作 人 就労等を目指す女性・15人(応募多数抽選) 費 500円 申 6月23日(金)までに2次元コードから

パソコン教室「ZOOM体験講座」

日 7月19日(水)午前9時45分～11時45分/午後1時～3時 人 各6人 費 500円 申 6月19日(月)必着で講座名・住所・氏名・電話番号・希望時間を記入し窓口・はがき・ファクスで下記へ 所 & 問 上宮川文化センター ☎22-9229/FAX 22-1659(〒659-0061上宮川町10-5)