

各種専門相談

所&問市民参画・協働推進課市民相談係(愛称:お困りです課) ☎38-5401
※裁判中・係争中の案件不可

【土地と建物の登記相談】

日 3月5日(火)午後1時～4時 内
土地の境界問題や分筆合筆、新築・増築・取り壊し等の登記相談 申当日午後0時45分～3時30分

【こころの整理相談(要予約)】

日 3月6日(水)午後1時～4時 内
精神保健福祉士・公認心理師に心の悩みを話し気持ちの立て直しを図る(1人50分) 申上記へ

【不動産相談(要予約)】

日 3月19日(火)午後1時～4時 内
不動産の取引・契約・空き家の相続・売買等の相談 申上記へ

【税務相談(要予約)】

日 毎週月曜・午後1時～4時 内
相続税・贈与税ほか税に関する相談 申上記へ

【家事相談(要予約)】

日 3月13日・27日(水)午後1時～4時 内
夫婦・親子・離婚など家庭における問題 申上記へ(1案件1回限り)

【公正証書相談】

日 3月12日(火)午後1時～4時 内
遺言書等公正証書の相談 申当日午後0時45分～3時30分に上記へ

【法律相談①弁護士②司法書士】

日 ①毎週木曜午後1時～4時30分 ②毎週金曜午後1時～4時 内
多重債務・成年後見・不動産の名義変更・相続登記義務化に伴う相談など(1案件1回限り) 申希望する週の月曜午前9時から電話で上記へ

入国管理局相談窓口

日 4月8日(月)午後1時～4時 内
在留資格変更手続きなどを入国管理局職員に相談 人5人 申Eメールで右記へ 所&問広報国際交流課 ☎38-2008/☐kokusai@city.ashiya.lg.jp

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の相談 問芦屋市DV相談室 ☎38-9100

女性のためのステップ相談
(女性活躍相談)

日 月～水・金曜・午前9時～午後5時30分(月曜のみ3時30分) 内
就労や起業に関する助言・情報提供 申2次元コードか電話で下記へ(オンライン相談可) 所&問男女共同参画センター ☎38-2022



高年齢者・福祉

社会福祉協議会の催し



マクラメ編み

【ワンコインサロン】

日&内 3月8日(金)新聞ちぎり絵/15日(金)マクラメ編み/22日(金)楽しい回想法・午前10時30分～所保健福祉センター 人60歳以上・各12人 費100円(別途要材料費) 申3月1日(金)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16日(土)午後1時30分～3時30分 所保健福祉センター 内フライングディスク・サウンドテーブルテニス・ボッチャなどの軽スポーツ 人市内在住・在勤・在学 持飲み物・上靴 申&問社会福祉協議会 ☎32-7525/スポーツ推進課 ☎22-7910

補装具巡回相談

日 3月15日(金)午前9時15分～正午 所
尼崎市立身体障害者福祉センター 人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/FAX38-2160

さわやか水中ストレッチ

日 4月16日～6月25日(火・全11回) 4月18日～6月27日(木・全11回) 4月12日～6月28日(金・全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15人(介護認定を受けている人は一緒に入水する介助者) 申4月2日～10日(火～土・午前9時～午後5時)に電話で下記へ(応募多数抽選) 所&問福祉センター ☎31-0609

さわやか音楽リズム教室

日 4月17日～9月18日午前10時～11時15分(第1・3水・全10回) 所保健福祉センター 内太鼓を叩いてリズムを楽しむ 人65歳以上・20人 申3月6日～8日に電話で下記へ(初めての人優先・応募多数抽選) 問介護予防センター ☎31-0628

ひだまりの会

日 3月28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

さわやか体操・運動教室

同一教室を前回受講された人は申し込み不可。他会場のさわやか体操・運動教室と同時参加不可。★は応募多数抽選 持飲み物・上靴・タオル(老人福祉会館では上靴不要)

【介護予防センター】★

日 4月1日～6月24日「コーディネーション運動」/4月2日～6月25日「いつまでも元気で歩ける身体づくり」午後1時30分～3時(月・火・全11回) 人65歳以上・各20人 申3月1日～5日に下記へ 所&問介護予防センター ☎31-0628

【老人福祉会館】★

日 4月3日～6月12日「はつらつ教室(生活筋力向上)(水・全11回)/4月4日～6月13日「じっくり教室(転倒予防)」(木・全11回) 午前10時～11時30分 所老人福祉会館 人65歳以上・各15人 申3月1日～8日(午前9時～午後5時)に下記へ 問シンコースポーツ株式会社 ☎080-4377-6943

【アクティブライフ芦屋】★

日 4月4日～6月6日「転ばん体操」午前10時～11時30分(木・全10回) 人65歳以上・12人 申3月1日～5日(午前9時～午後5時)に下記へ(初めての人優先) 所&問アクティブライフ芦屋 ☎34-6500

【セントラルウェルネスクラブ芦屋】★

日 4月4日～6月27日「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(木・全12回) 人65歳以上・各15人 申3月8日～13日(午前11時～午後6時)に電話で下記へ(初めての人優先) 所&問セントラルウェルネスクラブ芦屋 ☎38-2525

【老人福祉会館】

日 4月5日～9月20日「椅子体操・自力整体」午前10時～11時30分(第1・3金・全12回) 所老人福祉会館 人65歳以上・15人 申3月1日～15日(午前9時～午後5時・日曜除く)に下記へ 問西山手高齢者生活支援センター ☎25-7681

【前田集会所】

日 4月12日～9月27日「椅子体操・自力整体」午後2時～3時30分(第2・4金・全12回) 所前田集会所 人65歳以上・15人 申3月1日～15日(午前9時～午後5時・日曜除く)に下記へ 問西山手高齢者生活支援センター ☎25-7681

【さわやか運動教室】★

日 4月18日～令和7年1月16日「椅子ヨガ」午前10時30分～正午(第3木・全10回) 所朝日ヶ丘集会所 人65歳以上・10人 持筆記用具 申3月1日～15日に下記へ 問東山手高齢者生活支援センター ☎32-7552

福祉センター水浴訓練室

上半期 開放スケジュール

感染症対策のため水中歩行のみ、コースロープなしでの利用。
【障がい者】火曜・午後1時30分～/水曜(第4週を除く)・午前9時15分～/土曜・午後3時45分～【障がい児】土曜・午後0時30分～【ぜんそく児】土曜・午後2時～【高齢者】火～金曜・午前11時15分～/水～金・午後1時15分～ 申要登録・要予約、火～土曜、午前9時～午後5時に下記へ 所&問福祉センター ☎31-0609

障がい児機能訓練事業
(水浴訓練) 5月～9月

所保健福祉センター 費1回400円(非課税世帯は無料) 申3月11日(月)までに2次元コードから申し込みフォームへ(応募多数抽選) 問障がい福祉課 ☎38-2043/FAX38-2160



【ラッコ教室(集団)】

日 土・全10回 A組(未就学児) 5月11日～・午前11時30分～午後1時/B組(小学3年生以下) 5月11日～・午前9時30分～11時/C組(小学4年生以上) 5月18日～・午前10時～11時30分 人身体障害者手帳や療育手帳を持っている児童等(1歳～18歳)・各10人程度(要保護者同伴入水)

【ペンギン教室(個別)】

日 各日時開始(火・水・金・全10回) 5月7日～・8日～・10日～・14日～・15日～(午後3時30分～・4時～・4時30分～) 人身体障害者手帳や療育手帳を持っている児童等(1歳～18歳)・15枠(要保護者同伴)

子ども・子育て

子どもの居場所「ひみつきち」



日&内 ①3月1日(金)笑いヨガ②8日(金)かがくのじっけんしつ③15日(金)ひみつきちシアター④22日(金)ふしぎなそうちのビデオとくしゅう・午後4時～6時 人各20人(大人も可) 所&問高浜町ライフサポートステーション ☎23-1616