

すこやか 元気アップ講座



毎月 **第3** 木曜日

午前 10:00~12:00

参加費 無料

場所 すこやかプラザ ホール

対象 50 歳以上の方

定員 90 名 ※事前申し込み制です

毎月テーマが変わります。
テーマと申込み方法は、裏面で...

持ち物 筆記用具・フェイスタオル・お茶等（体操時の水分補給）
動きやすい服装でお越しください。

■ 下記は予定日ですので、都合により変更する場合があります。ご確認の上お申込み下さい。

会場へのアクセス

- JR 立花駅改札を出て南へ徒歩 2 分
- 阪神バス尼崎市内線（幹線）
14・15・30・47 番 JR 立花（上）
43・49・50 番 JR 立花（下）下車
- 民間駐車場あります（有料）



♪ 2020 年度開催予定日 ♪

4/16	5/21	6/18	7/16
8/20	9/17	10/15	11/19
12/17	1/21	2/18	3/18

* 開催日当日、正午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は中止となります。

すこやかプラザ HP



尼崎市立 すこやかプラザ

(指定管理者 認定 NPO 法人子どものみらい尼崎)

〒660-0052 尼崎市七松町 1 丁目 3 番 1-502 号 フェスタ立花南館 5 階

TEL 06-6418-3463 / FAX 06-6418-3464

開館時間 午前 9 時~午後 5 時 / 休館日 水曜日 (土日祝は開館)