



要申込み

すこやか

# 元気アップ講座三二

スタッフと一緒に、椅子に座ってできる体操や  
口腔体操、ラジオ体操を行います。  
お申込み頂ければ毎月参加しても構いません。  
気軽にできる体操です！  
身体を動かして、リフレッシュしませんか♪



参加費 無料

場所 多目的ホール

対象 50歳以上の方

定員 10人 (申込先着)

申込み 電話又は窓口にて受付

TEL **06-6418-3463**

日程	受付開始日
7/18(木)	6/20(木)
8/15(木)	7/18(木)
9/19(木)	8/15(木)

時間は午前 10:30~11:00です

\* 予定は変更になる可能性があります。ご確認の上お越しください。

\* 開催日当日、午前9時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。

## 尼崎市立すこやかプラザ

(指定管理者 NPO 法人子どものみらい尼崎)

〒660-0052

兵庫県尼崎市七松町1丁目3番1-502号  
フェスタ立花南館 5F

ホームページ



TEL **06-6418-3463**

FAX 06-6418-3464

Mail [sukoyakaplaza@nifty.com](mailto:sukoyakaplaza@nifty.com)

JR 立花駅

改札から2階通路を通過して南にまっすぐ

阪神バス尼崎市内線(幹線)

14・15・30・47・AD1番 JR立花駅(上)

43・49・50・55番 JR立花駅(下)下車

南館3・4階に民間駐車場あり(有料)

南館周囲に民間駐輪場あり(有料)

〈開館時間〉午前9時~午後5時

〈休館日〉毎週水曜日・年末年始

(多目的ホールは水曜日も開館)

