

LGBT電話相談 ☎38-2111

☎9月1日・15日(火)午後4時30分～8時15分(1人30分) 内性別違和や性的指向などセクシュアリティのお悩みを専門相談員に相談。家族、友人、教師、同僚からの相談も可 費通話料(相談無料) 関人権・男女共生課 ☎38-2055

女性のための面接相談

所&申&関男女共同参画センター ☎38-2022(一時保育あり)

【女性のための法律相談(要予約)】

☎9月5日(土)・10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)

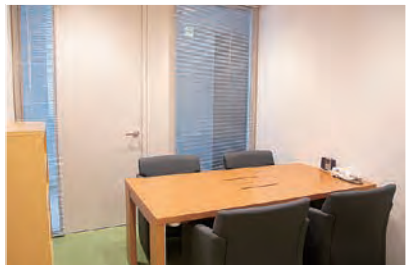
【女性の悩み相談(要予約)】

☎①9月4日・11日・25日(金)午前10時～午後4時②9月18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

金融相談

☎9月7日(月)午後1時～4時 内日本政策金融公庫による創業・経営資金・融資相談 所&関地域経済振興課 ☎38-2033

人権相談



☎9月8日・29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&関人権・男女共生課 ☎38-2055

労働相談

☎9月14日(月)午後1時～4時 内社会保険労務士による労働・年金・社会保険・労働保険

等相談 所&申&関地域経済振興課 ☎38-2033

女性活躍相談



☎毎週火曜日(第1火除く)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 所&申&関男女共同参画センター ☎38-2022

DV相談室

☎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 関芦屋市DV相談室 ☎38-9100

高年齢者・福祉

社会福祉協議会の催し

【ワンコインサロン】

☎&内9月11日(金)「ナンプレ」～コツを知って楽しもう!中級～/18日(金)「マクラメ編み」～ミニドア飾り～/25日(金)「写経」各日午前10時30分～ 所保健福祉センター 人60歳以上・各15人 費100円(別途要材料費) 申9月1日(火)午前9時から電話で下記へ 関社会福祉協議会 ☎32-7525

【しょうがい者とのスポーツ交流ひろば】



☎9月19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&関社会福祉協議会 ☎32-7530/スポーツ推進課 ☎22-7910

【ファミサポ協力会員養成講座】

☎10月19日(月)午前9時45分～正午/21日(水)・23日(金)・26日(月)・28日(水)・29日(木)午前10時～正午(全6回) 所保健福祉センター他 内子育てに必要な知識を学ぶ 人協力会員登録希望者・15人 申&関ファミリー・サポート・センター ☎25-0521

補装具巡回相談

☎9月18日(金)午前9時～正午 所尼崎市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&関障がい福祉課 ☎38-2043

ひだまりの会

☎9月23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同士の情報交換や交流 人10人 関社会福祉協議会 ☎31-0681

さわやか水中ストレッチ

☎10月13日～(毎週火・11回)10月8日～(毎週木・11回)/10月9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9月2日～10日(火～土・午前9時～午後5時)に下記へ(応募多数抽選) 所&関福祉センター水浴訓練室 ☎31-0609

エッセンシャルトレーニング

☎&内10月7日～令和3年2月3日(毎週水)午前10時30分～正午 所コミュニティスペースふらっと 内自分で取り組める運動指導と講座 人65歳以上・10人(新規優先・応募多数抽選) 申9月1日～14日に下記へ 関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

☎10月7日～令和3年3月3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 内太鼓を叩いてリズムを楽しむ 人65

歳以上・15人 申9月1日～4日に下記へ・初心者優先、応募多数抽選 関介護予防センター ☎31-0628

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

【セントラルウェルネスクラブ芦屋】

☎10月1日～12月17日(木・12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9月11日～16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&関セントラルウェルネスクラブ芦屋 ☎38-2525

【介護予防センター】

☎&内①10月5日～12月21日(月・11回)午後1時30分～3時/脳を刺激(コオーディネーション運動)②10月6日～12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参加不可) 持お茶・タオル・上履き 申9月1日～4日に下記へ・応募多数抽選 所&関介護予防センター ☎31-0628

【芦屋市体育協会】

☎&内①10月7日～12月23日(水・12回)午前10時～11時15分/脳を刺激(コオーディネーション運動)②10月8日～12月24日(木・12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参加不可) 持お茶・タオル・上履き 申9月1日～4日に下記へ・応募多数抽選 関芦屋市体育協会 ☎080-1405-4979

【西山手高齢者生活支援センター】

☎10月9日～令和3年3月26日(第2、4金・全12回)午後2時～3時30分 所前田集会所 内椅子等を使つての体操・自力整体 人65歳以上・15人 持水・タオル・上靴 申9月1日～11日・午前9時～午後5時に右記へ 関西山手高齢者生活支援センター ☎25-7681