

令和7年度



フレアキャンパス講座情報

受講無料

休館日変更のお知らせ

5月6日(火)は振替休日のため開館します。
5月7日(水)が休館となります。

ときわプラザ(徳島県立男女共同参画総合支援センター)

〒770-8055 徳島市山城町東浜傍1-1(アスティとくしま2階)

TEL: 088-655-3911 ファクシミリ: 088-626-6189

E-mail: flairtokushima@mf.pikara.ne.jp

URL: <https://www.pref.tokushima.lg.jp/flair>

開館時間: 10:00~18:00

休館日: 毎週火曜日(祝日の場合は翌日)

ときわプラザ情報



5月6日(火) 13:30~15:20 ◇申込不要	(共催)フレアシネマ劇場 徳島県女性協議会 第1部:徳島県女性協議会からのお知らせ 研修「アンコンシャスバイアス(無意識の思い込みや偏見)について考える」 第2部:映画上映「アルジャーノンに花束を」 2006年作品(フランス) 上映時間95分 日本語字幕あり ●場所:ブライダルコアときわホール(アスティとくしま 2階) ●対象:一般 ●定員:100名	
5月8日(木) 10:30~12:00 ◇申込不要	(共催)大人と絵本 ~心の基礎体力をつけましょう~ 女性グループ・すいーぷ ●場所:学習室(アスティとくしま 2階) ●対象:大人 ◎問合せ先:女性グループ・すいーぷ 電話 088-631-5731 080-2995-1639(山橋)	
5月15日(木) 10:00~12:00 ◆要申込	(共催)ほのぼの子育て お話スペース フレア なかみちの会 ●場所:学習室(アスティとくしま 2階) ●対象:育児中の方、または育児に関心のある方 ●定員:20名程度 ●参加費:200円(資料代) ◎問合せ先:なかみちの会 電話:090-4330-1336(細川) E-mail:adlertokushimamama3@gmail.com	
5月17日(土) 13:30~15:00 ◆要申込	元気を鍛える簡単トレーニング講座~健康寿命を延ばそう~ 介護・フレイル予防、認知症予防のためには生活習慣を見直し、運動習慣を取り入れる事が大切です。元気を鍛える簡単トレーニングを紹介します。 講師:鶯 春夫(うぐいす はるお)さん (徳島県理学療法士会会長、徳島文理大学保健福祉学部理学療法学科教授) ●場所:ときわプラザ学習室(アスティとくしま 2階) ●対象:どなたでも ●定員:40名程度	
5月23日(金) 13:00~16:00 ◇申込不要	(推進)雲の会(わかちあいの会) ~大切な人を自死で亡くした家族同士が語り合う場~ ●場所:第5会議室(アスティとくしま 2階) ●対象:ご家族を自死で亡くされた方 ◎問合せ先:徳島県精神保健福祉センター 電話:088-602-8911	

☆ 講座の申込方法 ☆

電話、ファクシミリ、E-mailのいずれかで、ときわプラザへお申し込みください。
なお、各欄に申込先等がある講座は、そちらに直接ご連絡ください。

☆ 講座を中止する場合には、決定次第ときわプラザHPに掲載いたします。

無料託児ありまふ

託児の申込は講座の2日前(休館日を除く)までに直接こども室へ電話してください
対象:1歳から就学前までのお子様
こども室 088-655-4638



ときわプラザ相談室



電話 088-626-6188

☆ 電話相談 ☆

月・水・木・金・土 10:00~12:00・13:00~17:00

☆ 面接相談(予約制) ☆

女性対象 毎月1・3・4木曜日 10:00~12:00・13:00~16:00 (1人50分程度)

男性対象 5月16日、30日(金曜日) 15:00~17:00 (1人50分程度)

☆ 法律相談(予約制・女性対象) ☆

毎月第2木曜日 13:00~16:00 (1人30分以内)

☆ 創業相談(予約制) ☆

毎月第2・4水曜日 10:00~12:00・13:00~16:00 (1人50分程度)

☆ 子育て相談(予約制・未就学児に関する事) ☆

直通電話 088-655-4641

電話: 日・月・水・木・金・土 11:00~12:00・13:00~16:00

面談: 日・月・水 11:00~12:00・13:00~16:00

☆ 面接・法律・創業・子育て相談は
必ず電話での予約をお願いいたします。



* いずれの相談も休館日の場合は休み