

令和6年度



フレアキャンパス講座情報

受講無料

☆ 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。

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示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)

年末・年始休

ときわプラザ情報



<p>5月6日(月)</p> <p>13:30~15:30</p> <p>◇申込不要</p>	<p>(共催)フレアシネマ劇場 徳島県女性協議会</p> <p>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について考える」</p> <p>第2部:映画上映「最高の人生のはじめ方」 2011年作品 (アメリカ) 上映時間108分 日本語字幕あり アルコール依存症の老作家が、隣に暮らす母娘との交流を通して再生していく姿を描いたヒューマンドラマ</p> <p>●場所:プ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</p>	
<p>5月12日(日)</p> <p>13:30~15:00</p> <p>◆要申込</p>	<p>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～</p> <p>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事です。元気を鍛える簡単トレーニングを紹介します。</p> <p>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)</p> <p>●場所:ときわプラザ第6会議室(アスティとくしま 2階) ●対象:どなたでも ●定員:40名程度</p>	
<p>5月12日(日)</p> <p>13:00~16:00</p> <p>◇申込不要</p>	<p>(推進)徳島あいの会(わかちあいの会)</p> <p>～大切な人を自死で亡くした家族同士が語り合う場～</p> <p>●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</p>	
<p>5月16日(木)</p> <p>10:30~12:00</p> <p>◇申込不要</p>	<p>(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</p> <p>●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 088-631-5671 080-2995-1639(山橋)</p>	
<p>5月23日(木)</p> <p>10:00~12:00</p> <p>◆要申込</p>	<p>(共催)ほのぼの子育て お話スペース フレア なかみちの会</p> <p>●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</p>	

無料託児あります

託児の申込は講座の2日前までに
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 毎月第1・3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