



情報アラカルト

主催 時日時 場所 内容 対象 定員 申し込み
費用 (記載のないものは無料) (先着)先着順 (抽選)応募多数時抽選
お問い合わせ (電話で記載のない市外局番は 078)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
9	4	5	6	7	8	9
月	11	12	13	14	15	16
	18	19	20	21	22	23
	25	26	27	28	29	30

日	月	火	水	木	金	土
						1
10	2	3	4	5	6	7
月	9	10	11	12	13	14
	16	17	18	19	20	21
	23	24	25	26	27	28
	30	31				29

お知らせ

土曜日市税納付相談

時 9月17日午前9時～正午
対 市税を納期限内などに納付することが困難な人(課税内容や申告を除く)
場・問 納税課(市役所西庁舎2階)
TEL918-5016 FAX918-5132

マイナンバーカード出張申請

写真の撮影(無料)と、申請書の記入をサポートします。
▶大久保市民センター
期間/9月3日・4日
▶二見市民センター
期間/9月6日～8日
▶魚住市民センター
期間/9月13日～15日
いずれも時 午前10時～午後4時
定 各日50人
持ち物/マイナンバーカード交付申請書
申 不要、直接会場へ
問 マイナンバーカードコールセンター
(TEL918-5266 FAX918-5138)
(先着)

生活福祉資金 新型コロナ特例貸付 9月末まで受け付け延長

新型コロナウイルス感染症の影響で、収入が減少した世帯を対象に、生活資金を貸し付ける特例貸付(緊急小口資金、総合支援資金)の受付期間が9月末まで延長となります。
※すでに特例貸付を利用している人は対象になりません
申 月～金曜日(祝日を除く)午前9時～午後5時に、市社会福祉協議会法人運営課企画経営係(TEL924-9105 FAX924-9109 〆 daihyo@akashi-shakyo.jp)へ。来所前に予約を

リサイクル家具常設展示場 一時休場 9/15～11/14

工事のため、リサイクル家具常設展示場(明石クリーンセンター1階)を一時休場します。
休場期間/9月15日～11月14日
問 資源循環課(TEL918-5794 FAX918-5793) 詳しくはこちらから

きんもくせい賞 表彰式

時 9月4日午前10時～11時30分
場 子午線ホール(アスピア明石北館9階)
内 地域福祉や住みよいまちづくりに尽力した高齢者グループなどの表彰式、高齢クラブなどの活動紹介
問 高齢者総合支援室(TEL918-5166 FAX918-5133)

県立水産技術センター 研究発表会

時 9月16日午後2時～4時
場 県立水産技術センター
内 研究員によるプランクトン、貝毒、日本海カニ漁業に関する最新の研究成果発表 定 80人
申 9月15日まで同センター(TEL941-8601 FAX941-8604)ホームページで受け付け。(先着) 詳しくはこちらから

こころやすらぐひろば

主・問 NPO法人 明石ともしび会(TEL090-1138-4777・岩永 FAX912-4455)
時 9月4日・18日 いずれも午前11時～午後3時
場 ふれあい作業所(西新町1-6-12)
内 ひきこもりの人の家族、こころの病をお持ちの人との相談。お昼に料理教室開催
申 不要、直接会場へ

事業環境変化対応支援 個別相談会

新型コロナなどによる影響を受けた中小企業、個人事業者の個別相談会を行います。
時 12月15日までの毎週火・水・木曜日(祝日を除く)午前10時～正午、午後1時～4時
場 明石商工会議所
内 資金繰りや各種補助金、インボイス制度導入、デジタル化の相談など
申 申込書(同所ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、ファクシミリで希望日の2日前(土・日曜日、祝日を除く)までに同会議所(TEL911-1331 FAX911-6738)へ。右記の専用フォームからも申し込み可

看護学生対象 市民病院説明会(オンライン)

ちょっと先輩の看護師から、病院選びや仕事の本音を聞いてみませんか。Zoomで同病院の雰囲気を知ってください。
時 10月8日午前11時～正午
内 全体説明(教育体制・採用情報)、本音でトークほか
対 看護学生
定 50人
申 9月29日まで同病院人事課(TEL912-2323 FAX914-8374)で電話受け付け。同病院ホームページの専用フォームからも申し込み可。(先着) 詳しくはこちらから

福祉のしごと 職場見学バスツアー

主 県福祉人材センター
時 9月27日午後1時～5時(明石駅発着)
内 バスで高齢者施設2か所の見学
対 高校生以上で福祉の仕事に興味・関心のある人
定 10人
申 9月20日までに申込書(同センターホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、郵送またはファクシミリで同センター(〒651-0062 神戸市中央区坂口通2-1-1 TEL271-3881 FAX271-3882)へ。 ※初めて参加する人優先。ほかに神戸駅発着などもあり
詳しくはこちらから

教室・講座

ふれあいプラザあかし西の催し

場・申・問 ふれあいプラザあかし西(TEL945-0294 FAX945-0295) 窓口または電話で9月5日午前9時から受け付け。(先着)
① 幼児の健康づくり教室
時 10月9日午後2時～3時30分
内 秋の味覚を使ったおやつ作り
対 4～6歳の幼児と保護者
※対象年齢外の兄弟姉妹の参加可
定 6組 費 1人200円程度(材料費)
② ふたみん卓球教室(応用編)
時 10月7日・14日・21日 いずれも午前10時～11時
対 おおむね60歳以上の卓球中級・上級者
定 16人 費 100円(保険料)
③ アクティブシニアボランティア「認知症について学んでみませんか」
時 10月3日午後2時～3時
内 認知症サポーター養成講座
対 60歳以上 定 15人
④ ふれあい市民陶芸
主 あかねが丘学園
時 10月29日午後2時～4時
対 高校生以上の市民
定 8人 費 150円(材料費)

オンライン版 元気アップ体操教室「栄養面からフレイル予防を学ぶ」

時 10月13日午後1時30分～2時30分
内 パソコンやスマートフォンを使った栄養のお話と簡単な体操
対 おおむね65歳以上の市民
定 25人
申 9月20日まで電話またはファクシミリ、メール(住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを記入)で地域共生社会室地域総合支援担当(TEL918-5289 FAX918-5049 〆 kaigoyobou@city.akashi.lg.jp)へ。 ※参加者には事前にZoomの使い方説明会を行います

生活援助訪問型サービス従事者 養成研修

時 ①10月6日・12日・20日 ②10月21日 いずれも午前10時～午後4時30分(全4回)
場 ①市民会館 ②総合福祉センター
内 掃除や買い物などの生活支援が必要な高齢者にサービスを提供するための知識を学ぶ
申 9月26日まで市社会福祉協議会地域福祉係(TEL924-9105 FAX924-9109)で電話受け付け。(先着)

9月は健康増進普及月間です できることから始めましょう!

夏の暑さによる疲労の蓄積などで生活習慣が乱れていませんか。生活習慣の改善のために、健康づくりのMyルーティンを取り入れてみましょう。

【健康づくりのMyルーティンの例】

いつものみそ汁に野菜を加える。

歯みがきにデンタルフロスや歯間ブラシも使う。

駅では階段を使う。

思い切って禁煙にチャレンジ! ※たばこに関する悩み相談も受け付けています。

健康推進課 (TEL918-5657 FAX918-5440)