



## 明石市役所

〒673-8686  
兵庫県明石市中崎1丁目5番1号  
TEL912-1111

市政へのご意見・ご要望は…



[市民相談室] TEL918-5050 FAX918-5102  
受付時間/8:55~17:40  
(土曜、日曜、休日と年末年始を除く)

休日・夜間の救急医療は…



[消防局] TEL921-0119 FAX927-0119  
[夜間休日応急診療所] TEL937-8499  
[あかしユニバーサル歯科診療所(休日)]  
TEL918-5664

みんなで明石を  
元気にしよう!

2023

食べて、使って、明石のお店を応援!

# 明石市サポート利用券を 市民全員にお届けします

配達期間：9月下旬～10月31日

エネルギーや食料品価格など物価高騰の影響を受けた市民の暮らしを守るとともに、市内の経済活動を支えるための緊急生活支援策として実施します。

## 対象

**市民全員**  
年齢・所得制限なし

令和5年8月1日現在、  
明石市住民基本台帳に  
登録がある人\*

## 金額

1人 **2000円**  
(500円券×4枚)



## 利用店舗

明石市内の

- ・飲食店
- ・日用品店
- ・タクシー事業者など

(詳しくは券に同封の「お店一覧」か  
下記のホームページをご確認ください)



※8月2日から9月30日までに明石市に転入(出生を含む)され、  
9月30日時点で明石市の住民基本台帳に登録がある人も対象となります

## 利用期間

**2023年10月1日(日)～12月31日(日)**

サポート券は、**世帯ごと**にゆうパックで、ご自宅に届きます。

受け取りには**印鑑**か**サイン**が必要です。

配達時にご不在の場合は、不在連絡票がポストに入ります。

電話・インターネット・郵送による再配達のご依頼または郵便局窓口での受け取りをお願いします。詳細は不在連絡票をご確認ください。



9月下旬～10月31日に  
配達します。届くまで  
お待ちください。



このポスターが  
目印です!

店舗情報更新中  
新規登録のお店の  
情報もこちらから



サポート利用券のお問い合わせ/  
明石市サポート利用券担当

TEL **918-5066**

FAX **918-5334**

# あかしインクルーシブ条例施行から1年

# まち中にやさしさが



やさしいまちづくりが  
スタートして  
もうすぐ10年だね～

2015年4月

手話言語・障害者  
コミュニケーション条例施行

2016年4月

障害者配慮条例施行

2017年12月

共生社会ホストタウンに  
第1陣として登録

関西初

2019年8月

先導的共生社会  
ホストタウンに認定

関西初

市では、みんなが自分自身を大切に、自分らしく生きられるまちになるように、インクルーシブなまちづくりを進めています。今号では、共に生きるまちをみんなでつくるための取り組みを紹介します。お問い合わせ/インクルーシブ推進室(TEL 918-6037 FAX 918-5136)

すべての人にやさしいまちづくりを進んでいます

2023年1月

## 西部図書館に ユニバーサルエリアが誕生

車いす優先席や、拡大読書器・音声読み上げ機席を設置し、誰もが本を楽しめる空間になりました。

さらに利用しやすい図書館へ



快適に過ごせるので  
また利用します

2023年4月

## インクルーシブ遊具が大人気/ 17号池魚住みんな公園

誰でも利用できるインクルーシブ遊具を備えた「みんなにやさしい」公園がオープンしました。

子どもから高齢者まで  
のびのび体を動かせる



2023年4月

## 市民参画条例を改正 障害のある人を 審議会の委員に



審議会における男女比の規定と合わせて、審議会のメンバー10人ごとに1人以上、障害のある人の参加を努力義務として規定しています。



様々な立場の人の  
意見を聞いていきます

知的障害などがある人も  
参加しやすいように  
意思表示カードを作成▶

2023年5月

## 障害のある人と魚住駅 周辺を歩いて安全を確認

誰もが安心して安全に利用できるよう魚住駅周辺のバリアフリー化を計画的に進めていきます。

点字ブロックの  
設置など  
意見を出して  
対応を依頼



2023年5月

## タウンミーティング まるちゃんカフェ

第1回のテーマは障害者。障害のある人もない人も、安心して暮らせるまちに向けて対話を深めました。



10月19日(木)  
テーマ「にぎわい」  
参加者募集中  
5面へ

2023年8月

## 明石養護学校 スクールバスの運行開始

障害の状況に応じて安全に通学できるように、スクールバスの運行が2学期から始まりました。



車いすごと  
乗り込める車両も

2023年度

## 西明石駅に ホーム柵を設置予定



より安全な駅に

JR明石駅に続き、西明石駅にもホーム柵の設置が進んでいます。

これからもみんなが  
暮らしやすいまちを  
みんなで作っていきこう!



今年度は図書館で開催!

9月23日(土・祝)「手話交流イベント」



●手話カフェ  
手話でのあいさつや自己紹介を習って、聞こえない人と交流してみませんか。  
時間/午後1時30分～4時(入退室自由)

参加者には  
記念品の  
プレゼントも

●手話で絵本の読み聞かせ  
時間/午後2時～、2時40分～、3時20分～  
いずれも場所/あかし市民図書館 費用/無料  
申し込み/不要、直接会場へ  
お問い合わせ/障害福祉課  
(TEL 918-1344 FAX 918-5244)

# 広がっています



エスディージーズ SDGs未来都市に選定

県内初

2020年7月

あかしインクルーシブ条例施行

2022年4月

※インクルーシブには「包み込む」「分け隔てない」などの意味があります

関西初開催!

## 共生社会バリアフリーシンポジウム in 明石 無料

有熊宏徳さん(パラ陸上選手)



和太鼓ユニット



- 日時** 10月15日(日) 午後1時30分～4時
- 場所** 子午線ホール(アスパア明石北館9階)
- 対象** どなたでも **定員** 230人
- 内容**
  - オープニングアクト/和太鼓ユニットほのぼーの
  - 基調講演/パラ陸上選手 有熊 宏徳さん(明石市出身)
  - 取り組み報告/共生社会ホストタウン(明石市長、福島市長)
  - パネルディスカッション/「みんなが安心して楽しく移動できるまちってどんなまち?」

### サイドイベント

#### 体験ブース ワクワクスタンプラリー

高齢者体験やポッチャなど12種類の体験ができます。3つ以上に参加してプレゼントをゲット!

**時間** 午前10時30分～午後3時30分

**場所** あかし市民広場  
アスパア明石1階 アトリウムコート  
ウィズあかし フリースペース  
(アスパア明石北館8階)

**申し込み** 不要、直接会場へ



### 申し込み

手話通訳・要約筆記あり!

9月22日までに、右記の申込フォームまたは電話、ファクシミリ、メール(イベント名・氏名・電話番号またはFAX番号・参加人数・必要な配慮を記入)でインクルーシブ推進室で先着順に受け付け



申し込みはこちらから

**お問い合わせ** 市インクルーシブ推進室  
(TEL)918-6037 (FAX)918-5136  
✉inclusive@city.akashi.lg.jp

日本を代表する漫画家たちが描く  
TEAM BEYOND\*  
パラスポーツ漫画パネル展



**日時・場所** 9月22日(金)～27日(水)=  
イオン明石ショッピングセンター2番街 2階通路  
9月29日(金)～10月4日(水)=あかし市民図書館  
10月7日(土)～9日(月・祝)=あかし市民広場  
**費用** 無料 **申し込み** 不要、直接会場へ

主催/共生社会ホストタウン連絡協議会(市、国土交通省、交通エコロジー・モビリティ財団など)  
\*TEAM BEYONDは東京都のパラスポーツ応援プロジェクトです

### 障害のある人もない人も共に生きていく社会へ

#### みんなで考えよう!障害者権利条約 国連勧告とインクルーシブ教育

**日時** 11月15日(水) 午後1時～4時 **無料**

**場所** 子午線ホール  
(アスパア明石北館9階)

**対象** どなたでも **定員** 250人

#### 申し込み

10月31日までに、ファクシミリまたはメール(氏名・所属先(あれば)・電話番号またはFAX番号・必要な配慮を記入)でASK事務所(TEL)945-5651 (FAX)945-5652 ✉ask614@snow.ocn.ne.jp)で先着順に受け付け。  
※手話通訳・要約筆記あり

### アイマスクをつけて音の鳴るボールでプレー

#### ブラインドサッカー体験教室 **無料**

**日時** 10月14日(土) 午後1時30分～3時

**場所** 大蔵海岸多目的広場

**対象** 市内在住・在学の  
小学3～6年生と保護者

**定員** 25組50人

#### 申し込み

10月2日までに、申込フォームまたはメール(件名にイベント名、参加者全員の氏名とふりがな・年齢、代表者の氏名・住所・電話番号・メールアドレスを記入)でスポーツ振興担当(TEL)918-5624 (FAX)918-5194 ✉event-spo@city.akashi.lg.jp)へ。応募多数時抽選



### ポッチャ 卓球パレー 車いすバスケット

#### あかしユニバーサルスポーツ体験会

**日時** 10月21日(土) 午後2時～4時

**場所** 総合福祉センター **無料**

**対象** 市内在住の  
障害のある人と家族など

**定員** 100人

#### 申し込み

9月21日午前9時から来館または電話、ファクシミリ(イベント名・住所・氏名・年齢・電話番号・障害の内容を記入)で同センター(TEL)918-5660 (FAX)918-5661 ✉soufuku@akashi-shakyo.or.jp)で先着順に受け付け



体験は全部で6種目

## 令和4年度決算 市の財政状況をお知らせします お問い合わせ/財務室財務担当 (TEL)918-5011 (FAX)918-5125

令和4年度の決算がまとまりました。市は、持続可能な社会の実現に向けて「こどもを核としたまちづくり」「誰にもやさしいまちづくり」に取り組んでいます。引き続き、健全な財政運営に向けて、事務事業の見直しをはじめ、公有財産の有効活用、公共施設の配置適正化などの取り組みを進めていきます。

|      |            |  |
|------|------------|--|
| ポイント | 一般会計       | 実質収支額 (約7億2千万円の黒字) ※47年連続<br>財政基金の繰入金などを除いた実質的な単年度収支は約7億2千万円の赤字。 |
|      | 市税収入       | 約447億円 ※前年度から約10億5千万円増<br>(法人市民税 約5億1千万円、個人市民税 約3億3千万円増)         |
|      | 財政基金などの3基金 | 現在高 約119億円 ※前年度から約1億6千万円減  |

### 一般会計決算

一般会計は、市税や地方交付税などを主な財源とし、福祉や教育など市政の基本的な施策に関する会計です。

| 歳入(A)           | 歳出(B)           | 形式収支(C=A-B)  | 繰越財源(D)      | 実質収支(C-D)    |
|-----------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|
| 1268億<br>1732万円 | 1258億<br>5589万円 | 9億<br>6143万円 | 2億<br>4574万円 | 7億<br>1569万円 |

一般会計の詳細や、特別会計(国民健康保険事業や介護保険事業など)、企業会計(水道事業、下水道事業)については、市ホームページをご覧ください。

[明石市 決算](#) [検索](#)

| 財政状況                                       | 3年度決算                 | 4年度決算                 |
|--|-----------------------|-----------------------|
| 一般会計の市債現在高                                 | 1168億円<br>(全会計1646億円) | 1129億円<br>(全会計1580億円) |
| 実質公債費比率<br>(借金返済金などの財政規模に対する比率)            | 3.6%                  | 4.0%                  |
| 将来負担比率<br>(将来負担すべき実質的な負債の財政規模に対する比率)       | 22.0%                 | 21.0%                 |
| 経常収支比率<br>(財政の弾力性を示す。値が低いほど自由に使える財源が大きくなる) | 91.5%                 | 94.1%                 |

※表中の矢印は前年度と比べて、改善(↑)、悪化(↓)を表します

## 職員募集

職員室職員担当(TEL)918-5006 (FAX)918-5145

### ▶技術職(正規職員)

職種/土木・建築・電気・機械・環境化学 人数/5人程度 受験資格/昭和39年4月2日以降に生まれた人で、下記受付区分の要件を満たす人

### 【社会人経験・新卒(令和6年4月採用予定)】

次の①～③のいずれかの要件を満たす人

- ①大学・短期大学・高等専門学校・専門学校・大学院、高等学校で、職種区分の専門課程を修めて卒業または修了した人(来年3月31日までに卒業または修了する見込みの人を含む)
- ②高等学校以上の学校を卒業した人で、採用試験案内の「資格加点一覧表」にある資格を有する人
- ③高等学校以上の学校を卒業した人で、正職員として職種区分に関わる職務経験がある人

### 【2025年卒(令和7年4月採用予定)】

大学・高等専門学校専攻科・大学院に在学中で、職種区分の専門課程を修めて令和7年3月31日までに卒業または修了する見込みの人

※10月19日(木)にオンライン説明会を実施します

### ▶臨時職員

| 募集職種           | 人数    |
|----------------|-------|
| 幼稚園教諭・保育士・保育教諭 | 40人程度 |
| 養護教諭           | 5人程度  |
| 言語聴覚士          | 1人    |

雇用形態/臨時職員(最長3年) 試験日/12月2日(土)、3日(日) ※どちらかの試験日を選択

いずれも**申し込み**/試験案内(市ホームページに掲載、市役所・各市民センターなどで配布)で詳細を確認し、技術職は11月13日、臨時職員は11月16日までに市ホームページから申し込み

## 2024年度任用 市立小・中・特別支援学校 臨時的任用教職員等 登録説明会

学校教育課(TEL)918-5055 (FAX)918-5111

日時/10月28日(土)午前10時～(受け付け午前9時30分～) 場所/市役所本庁舎8階806会議室  
対象/①小・中・特別支援学校臨時講師(養護・栄養・事務職員含む)、会計年度任用職員、特別支援教育指導員を希望する人 ②中学校生徒指導相談員、幼・小・中・特別支援学校介助員、特別支援学校看護師(会計年度任用職員)を希望する人 いずれも心身ともに健康で、該当免許(来年3月免許取得見込み可、事務職員・介助員は免許不要)を有する人 持ち物/①=履歴書(写真添付)、登録用紙 ②=任用希望申込書(写真添付) いずれも登録用インデックス、筆記用具など ※履歴書などの書類関係は市教育委員会ホームページに掲載、事前に記入して持参を。詳しくは市教育委員会ホームページで確認を

## 放課後児童クラブ冬休み入所児童募集

冬休み期間(12月19日～来年1月12日)の放課後児童クラブ入所児童を募集します。

対象/市内の小学校在学または市内に在住し、保護者が昼間仕事などで家庭にいない児童 ※在学中の小学校のみ入所可(神大附属、市外小学校は除く) 開所時間/午前8時30分～午後5時(午前8時～8時30分、午後5時～7時まで延長あり。学校のある日は終了後から。土曜日は午後5時以降の延長なし) ※日曜日、祝日、12月29日～来年1月3日は閉所 申し込み/入所申請書に必要書類を添付し、10月2日～13日に各児童クラブへ持参、または郵送(必着)でこども財団放課後児童クラブ担当(〒673-0883 中崎1-4-1 TEL)915-8170 (FAX)915-8175)へ。 ※入所可否は11月上旬までに郵送で通知。募集要項は各児童クラブで配布

## 9月議会開催中 ～令和4年度決算議案などを審議～

総務課(TEL)918-5041 (FAX)918-5103

9月5日から9月議会が開催されています。今回、市が提案している議案は、令和4年度決算議案のほか、社会福祉施設などへの物価高騰対策補助事業費や高齢者インフルエンザ予防接種の無料化経費などを追加する補正予算議案、17号池魚住みんな公園に設置する有料公園施設の使用料の額を定めるとともに、有料公園施設を無料で利用できる一般開放日を設けるための条例改正案などです。

### <今後の日程>

▶本会議/9月25日(月)、10月11日(水) いずれも午後3時～

▶常任委員会/総務=9月15日(金)、建設企業=9月19日(火)、文教厚生=9月20日(水)、生活文化=9月21日(木) いずれも午前10時～

▶決算審査特別委員会/9月26日(火)、10月10日(火) いずれも午前10時～

▶決算審査分科会/総務=9月27日(水)、生活文化=9月28日(木)、建設企業=9月29日(金)、文教厚生=10月2日(月) いずれも午前10時～

## ウェブアンケート～「おおくぼのまち」をみんなで考えよう～にご協力ください

企画・調整室(TEL)918-5283 (FAX)918-5136

大久保エリアがさらに魅力あるまちになるように、皆さんの意見をお聞かせください。いただいた意見を踏まえ、JR大久保駅周辺市有地の利活用について検討していきます。

回答方法/アンケートフォームから回答 回答期間/9月28日まで

※アンケートは8月20日に開催した第1回ワークショップと同じ内容です



回答はこちらから

## 傍聴者募集 社会福祉審議会高齢者福祉専門分科会

日時/10月6日(金)午前10時～ 場所/市民会館第1・2会議室 内容/高齢者いきいき福祉計画および第9期介護保険事業計画の策定 定員/10人 申し込み/高齢者総合支援室(TEL)918-5091 (FAX)919-4060)で先着順に受け付け

## オレンジサポーター(認知症サポーター)養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を見守るオレンジサポーターになるための講座です。

対象/市内在住・在勤の人 費用/無料

### 【江井島地区】

日時/10月11日(水)午前10時～11時30分 場所/江井ヶ島総合市場 定員/20人 申し込み/電話・ファクシミリ・メール(地区名・住所・氏名・年齢・電話番号、車いすでの参加や手話通訳・要約筆記が必要な場合はその旨を記入)で高齢者総合支援室高年福祉係(TEL)918-5288 (FAX)918-5106 ①kourei-fukushi@city.akashi.lg.jp)で先着順に受け付け中

### 【大蔵地区】

日時/10月19日(木)午後2時～3時30分 場所/ふれあいの里中崎 定員/15人 申し込み/当日まで、ふれあいの里中崎(TEL・FAX)913-6200)窓口・電話・ファクシミリ(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で先着順に受け付け中

**妊娠中の読書をサポート**

10月1日から本の郵送サービスがスタートします

対象/市内在住の妊娠中の人(利用は出産予定日の3か月後まで) ※利用者カードの発行とユニバーサルサービスの登録が必要です

内容/貸出冊数=15冊まで(月1回)、貸出期間=1か月 ※貸出時のみ、本を無料で郵送します(郵送での返却は自己負担となります)。返却は図書館カウンターまたは、館外返却ボックスでも可

申し込み/氏名と住所が分かる本人確認書類と母子健康手帳を持参し、図書館カウンターで受け付け(あかし市民図書館・西部図書館どちらでも申し込み可) ※9月15日から事前申し込みの受け付けを開始 **お問い合わせ**/あかし市民図書館(TEL 918-5800 FAX 913-6071)、西部図書館(TEL 918-5675 FAX 947-2754)

**人権セミナー**

身近な人権について考えてみませんか

人権推進課(TEL 918-5058 FAX 918-5131)

日時/9月28日(木)午後3時~4時30分 場所/子午線ホール(アスパア明石北館9階) 内容/春川政信さんによる講演「身近な生活と人権~みんなが笑顔になるために~」 費用/無料 申し込み/9月21日までに申込フォーム、電話またはファクシミリ(氏名・電話番号を記入)で同課へ。先着順 ※手話通訳・要約筆記あり



申し込みはこちらから

**ビーチスポーツフェスタinあかし2023**

スポーツ振興担当(TEL 918-5624 FAX 918-5194)

主催/ビーチスポーツフェスタinあかし実行委員会 場所/大蔵海岸東砂浜 日時/9月23日(土)・24日(日) いずれも午前10時~午後3時 ※雨天決行 内容/ビーチサッカー・ビーチテニス・ヨガ・フレスコボール・ラウンドネットなどビーチでできる競技や種目の体験。両日午前9時30分~ビーチクリーンを兼ねた「宝探し」も ※開催期間中、大蔵海岸がユニバーサルビーチに。車いすやベビーカーでもイベントに参加することができます 対象/どなたでも 申し込み/不要、直接会場へ

**エース ACEボール体験教室**

ボールを転がすサーバーと、リングを投げるレシーバーがチームとなり得点を競うニュースポーツ「ACEボール」を体験してみませんか。

主催/市スポーツ推進委員会 対象/小学生以上 費用/無料 日時・場所/9月30日(土)=錦浦小体育館、10月9日(月・祝)=勤労福祉会館、10月14日(土)=鳥羽小コミセン、10月21日(土)=西部文化会館、11月5日(日)=人丸小コミセン いずれも午後1時30分~3時 申し込み/開催日前日の午後4時までに、申込フォーム・メール(参加希望日・場所・氏名・年齢・電話番号を記入)でスポーツ振興担当(TEL 918-5624 FAX 918-5194 event-spo@city.akashi.lg.jp)へ



申し込みはこちらから

**タウンミーティング**

「まるちゃんカフェ」



テーマ「にぎわい」 参加者募集!

★ もっとにぎわい、活気あふれるまちへ。 みんなで一緒に考えてみませんか。 ★

日時/10月19日(木)午後7時~9時 場所/ウィズあかし(アスパア明石北館8階) 対象/どなたでも 定員/50人 ※応募多数時抽選 申し込み/9月29日までに申込フォーム・電話・ファクシミリ(住所、氏名、ふりがな、年齢、連絡先、手話通訳・要約筆記などが必要な場合はその旨を記入)で市民とつながる課(TEL 918-5010 FAX 918-5101)へ



詳しくはこちらから

**秋の全国交通安全運動 9月21日~30日**

交通安全課(TEL 918-5036 FAX 918-5110)

秋になると徐々に日が短くなり、暗くなり始めた時間帯に交通事故が増える傾向にあります。車は早めのライト点灯、歩行者や自転車は反射材の着用でドライバーから良く見えるようにし、交通事故を防ぎましょう。



市内の中学生が描いた交通安全ポスター

【秋の交通安全イベントを開催します】

日時/9月20日(水)午前10時~ 場所/イオン明石2番街シーパーク 内容/園児による歌・ダンスと安全のちかい、楽しみながら学べる交通安全教室、白バイとの写真撮影など

**動物愛護ポスターコンクール入選作品を展示**

あかし動物センター(TEL 918-5797 FAX 918-5798)

9月の動物愛護週間にあわせて実施した「動物愛護ポスターコンクール」の入選作品を展示します。

日時/9月20日(水)午後1時~26日(火)午後4時 場所/あかし市民図書館



今年度の最優秀賞

**年に一度は健診を受けましょう 9月24日~30日は結核予防週間**

保健予防課(TEL 918-5421 FAX 918-5441)

毎年、明石市では約30人が結核になっています。風邪に似た症状で始まるため、発見や診断が遅れることがあります。年に一度は胸部レントゲン検査を受け、2週間以上せき・たん・微熱・体のだるさが続くときは早めに受診しましょう。

**新型コロナワクチン情報~9月20日から新しいワクチンを使った接種が始まります~**

▶12歳以上の人(1・2回目接種が完了した人) 対象/1・2回目接種を完了し、前回接種から3か月以上経過した12歳以上のすべての人 接種券/①5月8日~9月19日に接種済みの人= **だいたい色の接種券**を順次送付 ②上記①以外の人=4月~7月に送付した **藤色の接種券**を使用 予約/9月11日から受け付け中 ※医療機関へ直接予約することもできます。



予約方法や接種場所は こちらから

市ワクチン専用ダイヤル 毎日/9:00~17:00 予約専用/TEL 0120-227-710 お問い合わせ専用/TEL 0120-712-160 電話での連絡が難しい人/FAX 0120-655-695

**乳がん検診・子宮がん検診 キャンペーン**



平日の昼間が忙しい女性も受診できるよう、普段の検診枠に加え、10月・11月の特定の土・日曜日にも乳がん検診と子宮がん検診を実施します。受診には健診費用助成券が必要です。 検診予約/下記実施医療機関で先着順に電話受け付け **お問い合わせ**/保健予防課(TEL 918-5668 FAX 918-5584) ※電話での連絡が難しい人はファクシミリで同課へ



助成券の申し込みはこちら

| 実施医療機関                      | 乳/子 | 日時                                 | 各日定員 | 予約電話番号・受付時間(祝日除く)                             |
|-----------------------------|-----|------------------------------------|------|---|
| あさぎり病院(朝霧台)                 | 乳   | 10/14(土)・28(土)、11/11(土)・25(土)      | 10人  | TEL 912-7575 月~水・金 12:00~16:00                |
| なかた・みずのやレディースクリニック(大明石町1丁目) | 乳   | 10/7(土)・14(土)                      | 18人  | TEL 912-3312 火 14:00~19:00                    |
| 大久保病院 健康管理センター(大久保町大窪)      | 乳   | 10/14(土)・28(土)、11/11(土)・25(土)      | 13人  | TEL 935-2636 月~金 14:00~16:00                  |
| 博愛産科婦人科(二見町西二見)             | 乳   | 10/14(土)・28(土)、11/11(土)・18(土)      | 5人   | TEL 941-8803 月~土 9:30~12:30 月・水・金 17:00~19:30 |
| 王子クリニック(北王子町)               | 乳   | 10/7(土)・21(土)・28(土)、11/18(土)・25(土) | 5人   | TEL 924-1221 月~金 9:00~17:00 土 9:00~12:00      |
| 野木病院(魚住町長坂寺)                | 乳   | 10/7(土)・21(土)、11/4(土)・18(土)        | 5人   | TEL 947-7211 月~金 13:00~17:00                  |
| 木村産婦人科医院(松が丘5丁目)            | 子   | 10月・11月の毎週出                        | 定員なし | TEL 912-8283 月~水・金 9:30~11:30                 |

| 実施医療機関                 | 乳/子 | 日時                                 | 各日定員 | 予約電話番号・受付時間(祝日除く)                                      |
|------------------------|-----|------------------------------------|------|--|
| せきじま産婦人科(朝霧町1丁目)       | 子   | 10月・11月の毎週出                        | 定員なし | TEL 911-2407 月~水・金・土 9:00~12:00 [ネット予約可]               |
| あきこレディースクリニック(上ノ丸3丁目)  | 子   | 10月・11月の毎週出                        | 定員なし | TEL 965-6563 月~土 9:00~12:00 月~水・金 16:00~19:00 [ネット予約可] |
| 久保みずきレディースクリニック(本町2丁目) | 子   | 10/15(日)・29(日)、11/5(日)・12(日)・26(日) | 6人   | TEL 913-9811 月・火・木~土 9:00~12:30 月・火・木・金 16:00~19:00    |
| かまだクリニック(野々上2丁目)       | 子   | 10月の毎週(土)、11/11(土)・18(土)・25(土)     | 5人   | TEL 920-2910 月~土 9:00~12:00                            |
| 鈴木産婦人科医院(魚住町錦が丘3丁目)    | 子   | 10月・11月の毎週出                        | 定員なし | TEL 947-4882 月~土 9:00~12:00                            |
| 二見レディースクリニック(二見町東二見)   | 子   | 10月・11月の毎週出                        | 5人   | TEL 942-1783 月~金 9:00~16:00                            |

乳=乳がん検診(40歳以上)、子=子宮がん検診(20歳以上) [ネット予約可]は、各医療機関のホームページでご確認を



# 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  |
| 9 | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| 月 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
|   | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
|   | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
|   | 30 |    |    |    |    |    |

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  |
| 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 |    |    |    |    |

## お知らせ

### 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。 ※要予約  
時①9月26日 ②10月4日 いずれも午前10時~午後4時30分  
場①朝霧小コミセン ②沢池小コミセン 定各日50人  
申電話でマイナンバーカードコールセンター(TEL918-5266 FAX918-5138)へ。(先着)

### マイナポイントの申し込みはお早めに

今年2月末までにマイナンバーカードを申請した人の、マイナポイントの申し込み、ポイントをもらうためのチャージ・お買い物なども9月末までです。市では、申し込み手続きのサポート窓口を設置しています。  
場市民課(市役所本庁舎2階)、あかし総合窓口、各市民センター  
申不要、直接会場へ  
※決済サービスによっては、9月末より早く受け付けを終了する場合があります。詳しくはマイナポイントホームページを確認を  
産産業政策課(TEL918-5098 FAX918-5126) 申し込みはこちらから

### 不要なおもちゃ・絵本のご提供を

市消費者協会  
10月21日開催予定のリサイクルイベントで配布するおもちゃを募集。不要になったおもちゃ・絵本があればご提供をお願いします。10月3日までに市民相談室消費生活係(アスパア明石北館7階 TEL918-5634 FAX918-5616 ※日・月曜日、祝日、9月19日を除く。駐車場の無料サービスはありません)または、市民相談室(市役所本庁舎2階 TEL918-5050 FAX918-5102 ※土・日曜日、祝日除く)へ午前9時~午後5時にご持参ください。 ※ぬいぐるみ人形は引き取り不可

### あかねが丘学園陶芸クラブ 秋季作陶展

時9月29日~10月1日午前10時~午後5時(初日は正午から、最終日は午後3時まで) 場勤労福祉会館  
内同学園生の作品展示とチャリティー販売  
場あかねが丘学園陶芸クラブ(TEL918-5415 FAX918-5416)

### 子育て支援センターの催し

注ふる一つばすけっと  
申記載のないものは直接会場へ(☆は出張ひろば、会場にご注意)  
▶子育て支援センターにしあかし(TEL・FAX965-6847)

|                      |   |
|----------------------|---|
| 10/4<br>9:30~12:00   | 離乳食&乳幼児食の相談(先着5組・9月20日午前9時~来所・電話で受け付け)        |
| 10/11<br>9:30~12:00  | 言語・発達の相談(予約優先・11:30受付終了)                      |
| 10/31<br>10:00~11:00 | あかし出前講座「ジェンダー平等のすすめ~みんなが自分らしく生きられるヒントをみつけよう~」 |

### 子育て支援センターおおくぼ(TEL・FAX936-7661)

|                       |  |
|-----------------------|--|
| ☆10/4<br>10:00~11:45  | (高丘コミセン)絵本と子育ての部屋ミニ・身体測定・プレイルーム  |
| ☆10/19<br>10:00~12:00 | (東江井安心コミュニティプラザ)ふれあい遊び・身体測定・プレイルーム<br>10:15~10:45親子リトミック(先着12組・10月5日午前9時~来所・電話で受け付け) |
| ☆10/24<br>10:00~11:45 | (山手小コミセン)親子ふれあい遊びミニ・身体測定・プレイルーム  |

### おおくぼ2階 ともども図書室(TEL・FAX936-0126)

|                     |  |
|---------------------|--|
| 10/4<br>11:15~11:30 | おはなしの会   |
| 10/6<br>10:00~10:45 | あかし出前講座「みんなで学ぼう!一緒に考えよう!LGBTQ+/SOGIE~こどもの“ありのまま”を大切にしよう~」(0~3歳の子どもと保護者・先着20人・9月21日午前9時~来所・電話で受け付け) |

### 子育て支援センターうおずみ(TEL・FAX203-8494)

|                      |                                  |
|----------------------|----------------------------------|
| 10/2<br>10:30~11:00  | 親子ふれあい遊び                         |
| ☆10/3<br>10:00~11:45 | (魚住小コミセン)絵本と子育ての部屋ミニ・身体測定・プレイルーム |
| 10/6<br>10:00~11:00  | あかし出前講座「今日から始めよう!いい歯で健康」         |

### 文化国際創生財団「明石市合同芸術祭」

注・場同財団(東仲ノ町6-1 アスパア明石北館7階 TEL918-5085 FAX918-5121 申event@accf.or.jp)  
①気軽に本格的に楽しめる「お茶席」  
時10月28日午前11時~午後3時30分(7部制、1部30分程度) 申し込みはこちらから  
定各部25人  
②親子でも参加可「いけばな体験教室」  
時10月28日午後2時~3時 申し込みはこちらから 定20人  
③民謡体験  
時10月28日午後3時~3時40分 申し込みはこちらから 定20人  
いずれも場ウイズあかし(アスパア明石北館7・8階)  
申9月20日午前10時から各専用フォームまたは電話で同財団へ。(先着)

### 「法の日」明石六士会による相談会

時9月30日午前10時~午後4時  
場あかし市民広場  
内相続・税金・登記・後見・年金・農地・境界・測量・労使関係・営業許可・建築一般などの問題・悩みの相談  
申不要、直接会場へ  
場県建築士事務所協会明石支部(TEL079-492-0900 FAX079-492-1540)

### 第43回ひょうご矯正展

時10月7日午前10時~午後4時、8日午前9時30分~午後3時  
内施設見学、性格検査体験、展示販売、ステージイベント、飲食物販売など  
場・場神戸刑務所(大久保町森田120 TEL936-0914 FAX936-0993)

### 文化博物館「第6回あかし若手アートチャレンジ」

市内や近隣の高校生、大学生の熱意あふれる作品を展示します。  
注・場・場同館(TEL918-5400 FAX918-5409)  
時9月24日~10月9日午前10時~午後5時(初日は午後1時から、最終日は午後3時まで。月曜日休館)  
▶ギャラリートーク  
出品者による作品解説をします。  
時9月24日・30日  
いずれも午後2時~  
詳しくはこちらから

### 県不動産鑑定士協会 不動産の無料相談会

土地・建物、借地・借家の価格・賃料や空き家管理・活用に関する相談を受け付けます。  
時10月4日午後1時~4時  
場市民相談室(市役所本庁舎2階)  
申同協会事務局(TEL325-1023 FAX325-1022)で電話受け付け中。(先着)

## 募集

### 市民病院職員

職種/①理学療法士(来年4月採用) ②ドクターズアシスタント(医師事務作業補助者・12月採用)  
募集人数/各1人  
試験①書類選考・適正・専門・面接 ②書類選考・適正・面接  
申いずれも9月29日までの午前8時30分~午後5時15分(平日のみ)に、持参または郵送で市民病院人事担当(〒673-8501 鷹匠町1-33 TEL912-2323 FAX914-8374)へ。郵送は9月28日必着 ※募集要項など詳細は、同病院ホームページを確認を

### 9月は健康増進普及月間 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ましょう!

例えば…

- 野菜たっぷりの汁物を食事にプラスする
- 「ながら」の運動から始めてみませんか?
- 歯みがきをしながらかかと上げをする
- 1日に必要な野菜は小鉢5皿分(350g?)
- 歯みがきをしながらかかと上げをする

詳しくはこちらから健康推進課(TEL918-5657 FAX918-5440)

**教室・講座**

**第3期(10~12月)体操教室  
~フレイル予防で健康長生き~**

目・園 サンライフ明石

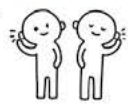
| 日時                  | 内容                |
|---------------------|-------------------|
| ①水曜日<br>9:15~10:45  | 若さを維持する<br>パワフル体操 |
| ②水曜日<br>11:00~12:30 | 老化を防ぐ<br>いきいき健康体操 |
| ③金曜日<br>13:15~14:45 | しっかりサポート<br>楽しむ体操 |

定各50人  
費各4000円(3か月分) ※無料体験あり

目同施設(TEL923-0770 FAX922-5336)窓口または電話で受け付け。  
先着

**心のサポーター養成講座**

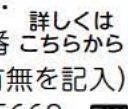
時11月3日午後2時~4時30分  
場ウイズあかし(アスパア明石北館8階)  
目心の病気、心をサポートする方法などを学ぶ講義とグループワーク



目市内在住・在勤の人

定20人程度

目10月12日までに右記の専用フォームまたはメール(郵便番号・住所・氏名・生年月日・電話番号・手話通訳の希望の有無を記入)で相談支援課(TEL918-5669 FAX918-5440 hi-soudan@city.akashi.lg.jp)へ。先着



**親子のための保護者サポート事業  
「イライラしない子育て講座」**

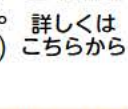
時①10月11日 ②10月20日 いずれも午前10時~11時30分(全2回)  
場あかしこども広場(パピオスあかし5階)

目①子どもと上手に「スキンシップ」を育むコツ ②ベビー期のコミュニケーション

目妊婦、2歳までの子どもの保護者

定20人

目10月3日までに子育て応援ほほえみ隊(TEL・FAX947-8884)で電話または専用フォームで受け付け。先着 ※託児あり(要予約) はこちらから



**県民公開講座「もうトイレで悩まない!  
快適な排泄生活のためのノウハウ」**

目・園 県立リハビリテーション中央病院(TEL927-2727 FAX925-9203)

時10月7日午後2時~4時30分(午後1時30分開場)

場子午線ホール(アスパア明石北館9階)

目スポーツ中の尿失禁から介護時のオムツ問題まで、快適な排泄生活を送るためのアドバイスを専門家から学ぶ 定293人

目10月3日までに電話またはファクシミリ(住所・氏名・電話番号・参加人数を記入)で同病院管理課へ。先着

**市民救命士講習(上級)**



目・場 園 防災センター  
(TEL918-5910 FAX918-5911)

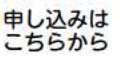
時10月1日・22日 いずれも午前9時30分~午後5時30分

目心肺蘇生法(成人、小児、新生児)、外傷の手当て、救出・搬送法など

目市内在住・在勤・在学の中学生以上

定各日16人(初めての人優先)

目9月15日午前9時から同センターホームページの専用フォームで受け付け。先着 ※講習修了者には修了証を交付 申し込みはこちらから



**就職氷河期世代活躍支援セミナー**

時10月4日午後2時~4時

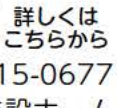
場ウイズあかし(アスパア明石北館7階)

目面接が苦手な人のために、前向きな気持ちで面接本番に臨めるようになるコツを学ぶ

目市内在住の就職氷河期世代(平成5年~16年に学校卒業期を迎えた人)の未就職者

定20人

目電話またはファクシミリ(氏名・年齢・住所・電話番号を記入)であかし若者サポートステーション(TEL915-0677 FAX915-0678)へ。同施設ホームページからも申し込み可。先着



**ウイズあかしからのお知らせ**

目・場 園 ウイズあかし(アスパア明石北館7階) TEL918-5603 FAX918-5618 oubo@withakashi.jp

▶助成金の基本やポイントが学べる「助成金セミナー」

時10月21日、11月18日 いずれも午後2時~4時30分(全2回)

目助成金の申請方法や申請書の書き方のポイントについて基本から学ぶ

目市民活動を行う団体、個人

定30人

目電話またはメール(氏名・電話番号を記入)でコミュニティ創造協会(sozo@akashi135.jp)へ。先着

▶ひといちばい敏感な子(HSC)の子育て

時①11月1日午前10時~11時30分 ②11月22日午前10時~11時

目①HSCのサポートに役立つ考え方、聴き方、愛情の伝え方を学ぶ ②HSCの保護者が日々感じているさまざまな思いを少人数で語り合う

目①HSCの子育てや関わり方に興味のある人 ②HSCの子育てに関わっている人

定①20人程度 ②10人程度

目窓口または電話、ファクシミリ、メール(氏名・年齢・電話番号・お住まいの地域・一時保育の希望の有無を記入)で同施設へ。先着 ※一時保育あり(1週間前までに要予約・1歳半~就学前の子ども・保険料100円・各5人)

**ふれあいプラザあかし西の催し**

【わくわくオータムフェスタ】

時10月21日午前10時~午後2時30分

目沖縄エイサー・ダンスなどの舞台、レクリエーション体験、健康チェック、折り紙教室など



目不要、直接会場へ

※公共交通機関で来場を

①ボランティア体験教室「音で寄り添うボランティア」

時10月13日午後2時~3時

目音声訳ボランティア

定15人

②エンジョイプラス

時10月27日午前10時~11時

目講師による卓球教室(応用編)

目30歳以上の卓球中・上級者

定20人

費100円

いずれも場・目・園 ふれあいプラザあかし西(TEL945-0294 FAX945-0295)①②は窓口または電話で受け付け中



**Zoom  
オンラインZoom開催  
起業体験談@オンライン**

目・園 産業振興財団(TEL918-0331 FAX918-0332)

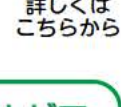
時10月28日午前10時~11時30分

目起業家による体験談(自分らしい仕事づくりストーリー)

講師/蓬菜恵美さん(ハンドメイドアクセサリー作家)、國光洋志さん(コワーキングスペース運営)

定30人

目10月23日までに同財団ホームページの専用フォームで受け付け中。先着 申し込みはこちらから



**スポーツ&アウトドア**

**石ケ谷公園・中央体育会館の催し**

①石ケ谷の秋と遊ぼう!第11回とことんネイチャーゲーム

時10月15日午前9時30分~11時30分 ※雨天中止

場石ケ谷公園、中央体育会館

目見たり、触ったり、感覚を使って、自然と人とのふれあいをゲームを通じて楽しく学ぶ

目4歳以上(小学生以下は保護者同伴)

定20組

費1人200円(保険料込み)

②秋の野草めぐり

時9月30日午後1時30分~3時

場石ケ谷公園梅園 ※雨天中止

目梅園を散策しながら、ネコハギなどの秋の野草を観察

定15人

費300円

いずれも目①は9月30日、②は当日までに中央体育会館(TEL936-6621 FAX936-6624)窓口または電話で受け付け。先着

**献血にご協力を**

▶イオン明石ショッピングセンター

時9月24日午前10時30分~午後0時15分、午後1時30分~4時

▶明石運転免許試験場献血ルーム

時毎週日曜日 午前9時~午後0時45分、午後1時45分~4時30分

**明石海浜公園  
グラウンド・ゴルフ大会**

時10月17日午前10時~(午前9時30分受け付け開始)

場明石海浜公園 子ども広場

目1コース8ホールを3ラウンド行い順位を決定

目18歳以上

定40人

費500円(当日支払い)

目10月15日までに同公園屋内競技場事務所(TEL943-0873 FAX942-8650)窓口または電話で受け付け。先着



**「オクトーバー・ラン&ウォーク  
2023」に参加しませんか**

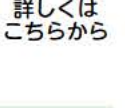
目(一財)アールビーズスポーツ財団

時10月1日~31日

目ウォーキングの累計歩数、ランニングの累計走行距離をスマートフォンアプリで集計し、ランキングを更新していくイベント。条件達成時に特典あり

目右記専用フォームから詳細を確認し、参加を希望する部のアプリをダウンロード

目スポーツ振興担当(TEL918-5624 FAX918-5194) 申し込みはこちらから



**第1回 市小学生陸上大会**

目市陸上競技協会(TEL090-9887-4510・信近)

時10月14日午前9時~

場さしろスタジアム(明石公園陸上競技場)

種目/男女100m、走り幅跳び、男子1500m、女子800m

目市内在住・在学または市内のクラブチームに所属の小学生

目9月29日までに同協会ホームページから大会要項を確認して申し込み

**園芸**

**花と緑の学習園(上ヶ池公園内)  
園芸講習会「一眼レフで花を撮ろう」**

時10月14日午後1時30分~3時30分

目初心者向けの一眼レフテクニックを学ぼう。絞りを使いこなして表現力をアップ!

定20人

費100円

目・場9月20日午前9時から同学習園(TEL924-6111 FAX924-6121)で電話受け付け。先着



# みょうごまちなみ ガーデンショー 明石

入場  
無料

お問い合わせ/  
花と緑のまちづくりセンター  
(TEL 918-2405 FAX 919-5186)

日時

9月17日(日)~24日(日)  
午前10時~午後4時(24日は午後3時まで)

会場

メイン会場 = 明石公園、明石駅周辺  
サテライト会場 = 花と緑の学習園  
表彰式&シンポジウム会場 = あかし市民広場



詳しくは  
こちらから

開催期間中の主なイベント

## ①キッズガーデニング体験

子ども広場の時計花壇に花苗を1つずつ植えて、みんなで大きな花壇を作ろう。

日時/9月18日(月・祝) 午前10時30分~正午、午後1時~3時30分(8回開催)

対象/小学生以下の子どもと保護者 定員/各10人 費用/無料  
申し込み/同センターホームページの専用フォームで受け付け中

## ②食虫植物の不思議

育て方や摩訶不思議な生態などを紹介します。 **食虫植物の  
おみやげ付き**

日時/9月18日(月・祝)

午前10時~11時、午後3時~4時

対象/どなたでも 定員/各40人 費用/500円

申し込み/同センターホームページの専用フォームで受け付け中

食虫植物の

おみやげ付き



まきの とみたるう

## ③牧野富太郎をめぐる植物ツアー

日時/9月17日(日)

午前11時30分~、午後1時30分~

対象/どなたでも 定員/各30人 費用/無料

申し込み/当日午前10時30分から、

本部テント(明石公園内)で先着順に受け付け

## ④花緑写真講座

「映える」写真を撮るコツを学んでみよう。

日時/9月19日(火)

午前10時~11時30分、午後1時~2時30分

対象/どなたでも 定員/各10人 費用/200円

申し込み/同センターホームページの

専用フォームで受け付け中



## 花壇コンクールに 参加してみませんか

花づくりを楽しみながら、健康増進や交流の場をつくることを目的に花壇コンクールを実施しています。現在、学校や自治会、企業など153団体(9月時点)が花壇づくりに取り組んでいます。花と緑につつまれた地域を目指して、花壇づくりに参加してみませんか。



令和5年度最優秀賞  
西部文化会館花壇グループ



花壇づくりを通して  
交流の輪が  
広がります

川崎重工業(株)  
明石工場



土山高年クラブ  
平成花壇A

対象/花壇づくり(3平方メートル以上)を希望するグループ

申し込み/申込書(花と緑の学習園ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、同学習園で受け付け中

- 11月に花壇面積に応じた数の花苗を支給
- 来年4月に写真による審査を実施



詳しくは  
こちらから

お問い合わせ/花と緑の学習園 (TEL 924-6111 FAX 924-6121)

## 明石市 〱 バレホ市 姉妹都市提携55周年

市とバレホ市との姉妹都市提携55周年を記念し、バレホ市親善交流団が10月下旬から明石を訪問予定です。滞在中に市民のみなさんと交流イベントを行いますので、ぜひご参加ください。

**バレホ市とは** アメリカ西海岸カリフォルニアののどかな雰囲気のある街並みと、温暖な気候が特徴。昭和43年12月9日、姉妹都市提携を結び、交流を重ねてきました。



### 記念展示

- アスピア明石北館7階 国際交流展示コーナー ▷ 展示中
- 市役所本庁舎2階ロビー ▷ 10月10日(火)~20日(金)

### バレホ イングリッシュ カフェ VALLEJO ENGLISH CAFE

団員のみなさんと英語で楽しくおしゃべりしませんか。通訳ボランティアが同席するので、英語に不安のある人も参加できます。\*団員は全員大人で、青少年の団員はいません

日時/11月1日(水) 午後2時30分~4時

場所/ウィズあかし(アスピア明石北館8階)

定員/20人 費用/無料

申し込み/9月29日まで、右記の専用フォームで受け付け中。

応募多数時抽選 \*抽選結果は10月7日までに郵送でお知らせ

お問い合わせ/文化国際創生財団 (TEL 918-0044 FAX 918-5121)



申し込みは  
こちらから

## わが家の アイドル

ママにべったり、たま〜にパパの甘えん坊いおりん♪だいすきだよ〜♡



田町 藤井 いおり 伊織ちゃん(1歳9か月)

いつも元気いっぱい☆お兄ちゃんとお姉ちゃんのアイドル!ずっと仲良くね!



大久保町西脇 川原上 詩葉ちゃん(1歳9か月)

ごはん大好き、なおくん♪お姉ちゃんと仲良く元気に成長してね♡



東仲ノ町 辻 尚之ちゃん(1歳8か月)

よく寝て、よく食べる空くん!これからもみんなに笑顔届けてね♡



大久保町西島 村上 空ちゃん(1歳6か月)

## 広報あかし

No.1389 9月15日号  
発行/明石市  
編集/政策局 シティセールス推進室 広報課  
〒673-8686 兵庫県明石市中崎1丁目5番1号 TEL 078-918-5001(直通) FAX 078-918-5101  
☒kouhou@city.akashi.lg.jp http://www.city.akashi.lg.jp/ 明石市

### 明石市広報番組 市の情報を市民の皆さんへお届け

明石ケーブルテレビ地デジ11ch 月~日曜日 午後 8時~ 8時15分  
「海峡のまち 明石」 火~日曜日 午前10時~10時15分

- 9月17日まで [2024年4月明石商業高等学校に福祉科が開設]
- 9月18日~10月1日 「あかしSDGsウィーク」

明石市  
ホームページでも  
過去の番組を  
ご覧いただけます