

障害者施設による物品販売(10月)

主な販売品目	販売日
クッキー・パウンドケーキなど	19
クッキー・お弁当	5.12.19.26
焼き菓子・チョコレート菓子	2.5.12.16 19.23.26.30
お弁当・お惣菜・丼など・雑貨	2.16.23.30

場市役所本庁舎2階ロビー(エスカレーター横)
時午前11時30分～午後1時30分
問障害福祉課(TEL918-1344 FAX918-5244) ※レジ袋持参

明石で保育をたのしもう! 潜在保育士復職支援研修

問明石保育協会(あかつきの森こども園 TEL944-3100 FAX944-3101・西川)
時10月31日午後1時～2時30分
因オンライン(ZOOM)で復職に役立つコミュニケーションを学ぶ
講師/中里弘樹さん(セルフケア・ラーニング代表)
対保育復帰を考えている人、保育に興味のある人、将来保育の仕事をしたい人
定20人程度
申10月27日まで同研修ホームページの専用フォームから受け付け中。(先着) 詳しくはこちらから

健康明石21市民公開講座 病院での開催を再開しました

時10月19日午後2時～3時
場市民病院 2階講義室
因総合内科「コロナワクチンは危ないの?」
申不要、直接会場へ
問市民病院経営企画担当(TEL912-2323 FAX914-8374)

ボランティア養成講座 はじめての手話講座

時11月11日・18日・25日、12月2日 いずれも午前10時～11時30分(全4回)
場ふれあいプラザあかし西
因聞こえない不自由さを理解し、手話での簡単な日常会話を学ぶ(初心者歓迎)
対講座修了後、ボランティア活動ができる市内在住・在勤の人
定15人
申10月2日～11月2日に電話で市社会福祉協議会地域福祉係(TEL924-9105 FAX924-9109)へ。(先着)

フレイル予防講習会

時10月20日午前10時～正午
場西明石サポーターズファミリー「ボランティアはなぞの」(西明石南町2-16-2)
講師/吉田俊一先生(明石医療センター) 定40人
申10月17日までに電話であかねが丘学園事務室(TEL918-5415 FAX918-5416)へ。(先着)

ハウスクリーニング講習会

問県シルバー人材センター協会
時・因11月9日・講義、10日・講義と実技 いずれも午後1時～4時(全2回)
場ウイズあかし(アスパア明石北館8階)
講師/後藤恵子さん((一社)日本清掃収納協会)
対両日参加できる60歳以上
定10人
申10月27日まで受け付け。詳しくは同協会(TEL954-8807 FAX371-8016)へお問い合わせを。(抽選)

あかしこども広場 子育て講演会 スマホのある子育てについて考えよう

時11月26日午後2時～4時
場あかしこども広場多目的ルーム(パピオスあかし5階)
因スマホを適切に利用するための心構えや家庭でのルールづくりについての講話
講師/松田直子さん(NPO法人イーランチ理事長)
対子育て中の人、教育関係者など子育てに関心のある人
定100人(1歳6か月～小学生の託児あり) ※子どもと一緒に参加可
申10月1日から電話または窓口、ファクシミリに参加者全員の氏名とふりがな・郵便番号・住所・電話番号、託児利用の有無(利用の場合は子どもの氏名とふりがな・生年月日を記入)であかしこども広場講座 受付担当(TEL918-6219 FAX918-6223)へ。(先着) 詳しくはこちらから

スポーツ&アウトドア

明石海浜公園 第4期スポーツ教室

教室名	対象・時間	費用
キッズダンス 10月31日～12月19日 火曜日(全8回)	[Aコース] 2歳～小学1年生 午後3時45分～4時45分	4800円
	[Bコース] 小学生 午後5時～6時	
サッカー 11月1日～12月13日 水曜日(全7回)	[Aコース] 4歳～小学3年生 午後4時～5時	4200円
	[Bコース] 小学生 午後4時50分～5時50分	
ヨガ 11月2日～12月21日 木曜日(全8回)	[Aコース] 18歳以上 午前10時～11時	4800円
	[Bコース] 18歳以上 午前11時15分～午後0時15分	

いずれも定20人
申10月15日までに往復はがき(教室名・コース名(AかB)・住所・氏名とふりがな・年齢・電話番号・キッズダンスとサッカーは保護者名を記入)で同公園屋内競技場事務所(〒674-0093 二見町南二見8-1 TEL943-0873 FAX942-8650)へ。(抽選)

総合福祉センターの催し

問・場・問同センター(TEL918-5660 FAX918-5661 ②soufuku@akashi-shakyo.or.jp)
①水中リズム運動
時11月2日午後3時～4時
対市内に住む障害者手帳を持つ人、または60歳以上 定15人
②にこにこスポーツ交流事業～太極拳～
時11月10日～来年3月15日の金曜日 いずれも午後2時～3時30分(月1～2回・全6回)
対市内在住で全回参加可能な障害者手帳を持つ18歳以上または60歳以上 定30人
申①10月2日～、②10月10日～19日の午前9時～午後5時30分に、窓口または電話、ファクシミリ、メール(教室名・住所・氏名・年齢・電話番号・障害の有無を記入)で同センターへ。①(先着)、②(抽選)

少年自然の家の催し

問・問少年自然の家(TEL947-6181 FAX948-5046)
①森のようちえん たこたこくらぶ「かみすきに挑戦!」
時10月21日午前10時～午後3時
対市内在住の年中・年長 定25人 費1500円
②ネイチャーキッズ ～古代にタイムスリップ!～
時11月18日午前10時～午後4時
因はにわ作りとまいざり式 火おこし器に挑戦
対市内在住の小学生 定30人 費2500円
いずれも申①10月10日、②11月2日の午後1時まで同施設ホームページで受け付け中。(抽選) 詳しくはこちらから

ごちゃませ絆フェスティバル

年齢や性別、経験の有無を問わず、障害のある人もない人も誰でも気軽に楽しめるイベントを開催します。
問市・135Eネット
時10月28日 おとなの部＝午前9時30分～11時45分 こどもの部＝午後1時～3時15分(いずれも開始15分前から受け付け)
場大蔵海岸公園多目的広場
因イベントコーナーやパラスポーツの体験会、ミニゲームなど(各種販売ブース出店)
対どなたでも 定各部150人
申10月16日までに電話またはメール(氏名・年齢・電話番号を記入)であかしユニバーサルフットボール連盟事務局(TEL・FAX764-5435 aufrenmei@gmail.com(佐藤)へ。 ※応募多数時障害者優先

ハーブイベント 「キッチンロープを作ろう!」

時10月29日午前10時～正午
場石ケ谷公園 石ケ谷ハーブガーデンズ
因レモンガラスのロープにハーブやスパイスを飾り、カットして料理に使える壁飾りを作る
定15人 費800円(保険料込み)
申10月15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)

園芸

花と緑の学習園 (上ヶ池公園内)の催し

場・問同学習園(TEL924-6111 FAX924-6121)
▶園芸講習会「託児付き限定 ドライフラワーで作るフレームアレンジ」
時10月18日午後1時30分～3時30分
対未就学児と保護者 定10組 費1500円
申10月4日午前9時から電話で同学習園へ。(先着)
▶「秋の山野草展」の出品作品募集
10月28日・29日に開催する同展の作品を募集します。
因寄せ植えの部・単鉢の部の2部門
申詳しくは10月8日までに同学習園にお問い合わせを

花と緑のまちづくりセンター (明石公園内)の催し

いずれも場・申10月1日午前9時から同センター(TEL918-2405 FAX919-5186)で電話受け付け。(先着)
▶おもとの栽培と植え替え
時10月21日午後1時30分～3時30分 定20人 費1100円
▶庭木の手入れ②～高木・マツの剪定・整枝～
時10月27日午後1時30分～3時30分 定20人 費100円

身近な自然と植物にふれる 「暮らしの中のセルフ・ヒーリング」

問(公財)県園芸・公園協会
時10月22日午後1時～4時(午後0時30分から受け付け)
場明石公園 西館会議室2
因自然に触れて行うストレスマネジメント、マインドフルネス、多肉植物寄せ植えなど
定16人
費3000円(材料費・保険料含む)
申10月3日午前9時から右記専用フォームまたは電話で明石公園サービスセンター(TEL912-7600 FAX913-6620)へ。(先着) 申し込みはこちらから

献血にご協力を

▶明石運転免許更新センター
時毎週日曜日 午前9時～午後0時30分、午後1時45分～4時