



## 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

## 明石の たからもの 豊かな海

明石にはタイ・タコ・イカナゴなど  
豊かな海の恵みがあります。

豊かな海を次世代に受け継いでいくため、  
魚を育て増やす取り組みを進めています。

お問い合わせ/豊かな海づくり課  
(TEL918-5254 FAX918-5126)



## タコは今が旬。夏バテ防止にも

はんげしょう

## 今年の半夏生は7月1日から

夏至から数えて11日目から5日間のことを  
半夏生といいます。タコの足のよう、稲の  
根っこが田んぼにしっかりと根付くことを祈願  
して、関西では半夏生の日にタコを食べる習慣  
があります。



### やってみよう! タコクイズ

Q1

たこつぼ漁はいつから行われていた?

- ①弥生時代 ②平安時代 ③江戸時代 ④明治時代

Q2

体重約1kgの母タコが1回に産む卵の数は?

- ①10個 ②1000個 ③10万個 ④100万個

答えは2面にあるよ



## 育て増やす(稚魚放流)

漁業者と連携してマダイ、メバル、ヒラメ、  
カレイ、キジハタの稚魚を放流しています。



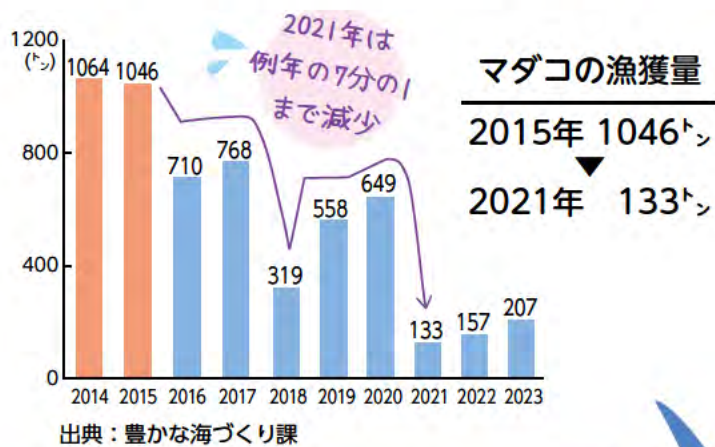


# 海の恵みを育て

近年、明石海峡でとれる魚の量が減少しています。海の恵みを守り育てる、取り組みを紹介します。また、明石の魚に親しんでもらうために、簡単なレシピやこれから旬を迎える魚も紹介します。

## 明石のタコがピンチ！？

近年、タコの漁獲量が減っています



## タコが減ってる原因はなに？

最近では、海の栄養塩の不足が原因と分かってきました

栄養塩を増やす取り組みを進めています

栄養塩ってなに？

窒素・リンなど海水中に溶け込んでいる物質です。海ではプランクトンなど、生き物の成長に欠かせません。

### ● 下水道の栄養塩管理運転

下水処理場からの放流水に含まれる窒素の量を増加させ、海に栄養を届けています。

### ● かいぼり



ため池の水を抜き、池の水や底にたまった泥に含まれる栄養分を海に届けます。

### ● 海底耕うん

海の底を耕し、海底に沈んでいる栄養塩を海水に放出します。



## タコを増やし、育てる



### 産卵用たこつぼの投入

タコは岩場の穴や隙間など狭い場所を好みます。産卵しやすい場所を増やすために、産卵用たこつぼの投入を1966年から50年以上続けています。



産卵用たこつぼに産みつけられたタコの卵

### 子持ちタコの再放流

「たこつぼ」に卵が付いていたときは、親タコと一緒に海へ再放流し資源保護に取り組んでいます。



NEW

### タコを増やす新たな取り組み

稚ダコ放流を実現するため、大量の稚ダコを人工的に育てる技術の開発を支援しています。



釣り船の業者と釣り客が協力してタコを守る

### 「タコマイレージ」

釣り船を利用した人が釣った100匹以上のマダコを放流すると、ポイントがもらえる取り組みです。ポイントに応じた特典も。



### タコクイズの答え

#### A1 ① 弥生時代

弥生時代後期の遺跡から、イダコ漁用のたこつぼが出土したことから、明石のたこつぼ漁は弥生時代から行われていたと考えられています。

#### A2 ③ 10万個

タコが一回に産む卵の数は、約10万個といわれています。母タコは、卵がふ化するまで約25日間、新鮮な海水を送り続け卵の世話をします。ふ化後数日で、母タコは力尽きて死んでしまいます。

## 海の豊かさを守り育てる

### 「海のゆりかご」アマモ場の再生を応援



アマモは海草の一種で、海底に生えています。アマモがたくさん生えている場所をアマモ場といいます。

魚の産卵場・隠れ場・えさ場などいろいろな役割を持っていることから、アマモ場は「海のゆりかご」と呼ばれています。

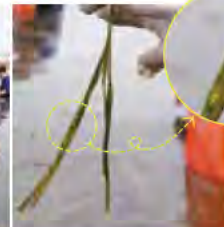
### アマモ場の役割

- ・ 小魚のすみか
- ・ 魚の産卵場所
- ・ 生き物に必要な酸素をつくる
- ・ 二酸化炭素を吸収する
- ・ 小魚のエサになる生き物が隠れ、集まる

### アマモ場の魚たち



### アマモの種子採取を行いました



採取した種は熟成させ苗まで育て、2~3月ごろに海に植え、アマモ場を増やします。

6月10日 江井島海岸



# 旬を味わう



明石の魚の美味しさを知って  
“海の豊かさ”を  
みんなで考えていこう！

お問い合わせ／豊かな海づくり課(TEL)918-5254 (FAX)918-5126)

## 明石の美味しい魚をもっと身近に

この時期におススメの簡単レシピを紹介します。

豊かな海づくり課  
おススメ

### 鯛めし

包丁を使わずに簡単調理。  
鯛の旨味がつまった鯛めしです。

#### ■材料(2~3人分)

- お米 2合
- 鯛 1匹(手のひらサイズの大きさ)※切り身の鯛でも美味しくできます
- 昆布 1枚
- 醤油 大さじ1
- 酒 大さじ1
- 塩 少々

焼いた鯛を昆布の上に置いて  
炊くよ



#### ■作り方

- ①鯛に塩をふり、10分ほど置いておく
- ②水気をふき取り、フライパンで焼く
- ③調味料と昆布を入れた、炊飯器に投入
- ④炊きあがったら、鯛の身をお皿に取り出しほぐしてから、ご飯と混ぜ合わせる



昆布は刻んで  
ご飯に混ぜても美味しいよ

明石浦漁業協同組合  
おススメ

カットして  
混ぜるだけ

### 野菜たっぷり冷製タコスープ

疲労回復に効果があるとされる  
タウリンを豊富に含むタコは  
夏バテ防止に最適！

#### ■材料(2~3人分)

- タコ 100g
- きゅうり 1/3本
- パプリカ(赤・黄) 各1/2個
- トマト 1/2個
- だし汁 300ml
- 砂糖 5g
- 酢 大さじ4
- ごま油 少量
- ごま 適量
- しょうが(すりおろし) 少々

#### ■作り方

- ①タコは食べやすい大きさに切る
- ②きゅうり、パプリカ、トマトをさいの目切りにする
- ③ボールにだし汁、砂糖、酢を入れてよく混ぜたあと、①のタコ、②の野菜を入れて軽く混ぜる
- ④ごま油を加えて器に入れる

お好みで  
ごま、しょうがを加えてね



Instagramでも  
レシピ公開中!

@akashi\_citysales



## うまいで! 明石の魚



### 魚屋さんに行ってみよう!

魚の棚商店街の魚屋さんに魚を買うときのポイントやおいしい食べ方を聞きました。



にしのうち まり  
西野内 麻理さん

どんな料理で食べたいかにあわせて、おススメの魚を紹介します。  
スーパーには無い魚もあるので、お店に来て新鮮な魚を見て欲しいですね。



おおひがしとしみち  
大東 利通さん

食べる人数に応じた量や、魚に合わせたおススメ料理の相談にのりますよ。  
まずは魚を食べて美味しさを知って欲しいですね。

#### おススメの食べ方

- ・塩ゆで
- ・から揚げ

#### カワツエビ



#### サワラ

- おススメの食べ方
- ・炙り刺し身
  - ・塩焼き

#### おススメの食べ方

- ・南蛮漬け

#### ベラ



#### ツバス

- おススメの食べ方
- ・煮付け
  - ・ポン酢で食べる刺し身

これから  
旬の魚!



**参加者募集** **みんなで作る財政白書**  
**公開検討会**

誰にでも手に取ってもらえる「わかりやすい財政白書」の作成を進めています。検討会での議論を聞いた後、みんなのお金のことや、明石のまちのこれらについて一緒に話し合いませんか。

日時／7月28日(日)午後1時～  
場所／市役所本庁舎8階 806会議室 定員／20人

申し込み／7月25日午後5時まで、市ホームページの申込フォームまたは電話、ファクシミリ、メール(住所・氏名・電話番号を記入)で財務室財務担当 (TEL 918-5011 FAX 918-5125 ④zaisei@city.akashi.lg.jp)で先着順に受け付け



詳しくはこちらから

**国民健康保険制度からのお知らせ**

**①国民健康保険料 決定通知書を世帯主宛てに送付** **7/12発送**

対象／国民健康保険加入世帯(世帯主が社会保険や後期高齢者医療制度の場合も世帯主宛てに通知)  
納付／決定通知書に同封の納付書裏面に記載している金融機関やコンビニなどで納めるか、口座振替で納付を。納期は7月～来年3月の9回  
※年金からの天引きの場合は、4月～来年2月の6回(各年金支給月)

**②国民健康保険(兼高齢受給者証)を切り替え** **7/17発送**

国民健康保険の保険証(70～74歳の国民健康保険加入者には、保険証兼高齢受給者証)が切り替わります(後期高齢者医療制度加入者は対象外)。世帯主宛てに新保険証を7月17日に発送します。会社の健康保険などへ加入している場合は、速やかに脱退の手続きをお願いします。

有効期限／8月1日～令和7年7月31日  
ただし、以下の人は有効期限が異なります。

年齢	期限
70歳を迎える人	誕生日前日の月の末日まで
75歳を迎える人	誕生日の前日まで

※紙の「保険証(兼高齢受給者証)」は12月2日に廃止されマイナ保険証に移行しますが、今回送付する「保険証(兼高齢受給者証)」は、上記の期間は使用できます。  
※新しい保険証は届け出により、簡易書留での受け取りができます。詳しくはお問い合わせを

**③「限度額適用認定証」・「特定疾病療養受療証」の更新**

▶「限度額適用(・標準負担額減額)認定証」の更新  
更新には申請が必要です。対象世帯には申請書を7月中旬までに発送します。入院や手術などで引き続き認定証が必要な人は申請してください。  
※郵送での申請をお願いします

対象／認定証(有効期限が7月31日)をお持ちの人

▶「国民健康保険特定疾病療養受療証」の更新  
受療証(有効期限が7月31日)をお持ちの人には、新しい受療証を7月中旬ごろに発送します。

お問い合わせ／①・②国民健康保険課賦課係 (TEL 918-5022 FAX 918-5105)、③同課管理係 (TEL 918-5021 FAX 918-5105)

**介護保険からのお知らせ**

高齢者総合支援室介護保険担当 (TEL 918-5091 FAX 919-4060)

**介護保険料の決定通知書を送付** **7/12発送**

対象／65歳以上の第1号被保険者  
納付／年間18万円以上の年金受給者は、原則4月～来年2月の年6回の年金から差し引かれます。それ以外の人は納付書を利用し、金融機関などで納めるか、口座振替で納付してください  
納期限／7月～来年3月の毎月末

**負担割合証の送付**

要介護認定を受けている人には、7月中旬以降に負担割合証(黄色)を送付します。

**後期高齢者医療制度からのお知らせ**

長寿医療課 (TEL 918-5165 FAX 918-5105)

**新しい被保険者証ほかを送付** **7月中旬**

8月1日に更新する新しい「被保険者証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」「限度額適用認定証」を送付します。

▶被保険者証

医療費の窓口での負担割合は、令和5年中の所得で判定します。保険料を滞納している人は、有効期限が短い被保険証を送付することがあります。納付が困難なときは必ずご相談ください。

▶限度額適用・標準負担額減額認定証、限度額適用認定証

引き続き交付対象となる人に、被保険者証と一緒に新しい認定証も送付します。新たに交付を希望する人は申請が必要です。

※届け出により簡易書留で受け取りができません。受領期間を過ぎると、特定記録郵便で郵送します。  
※紙の「被保険者証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」「限度額適用認定証」は、12月2日に廃止されマイナ保険証に移行しますが、今回送付する被保険者証や認定証は令和7年7月31日まで使用できます。

**保険料額決定通知書を送付** **7月中旬**

①年金から支払い(特別徴収)  
各年金支給月に直接年金から差し引かれます。  
②口座振替や納付書での支払い(普通徴収)  
7月～来年3月の毎月末(年9回)  
※口座振替は別途手続きが必要です。

**HPVワクチン(子宮頸がん予防)の接種を逃した人へ**

こども健康課 (TEL 918-5656 FAX 918-6384)

HPVワクチンの積極的勧奨の差し控えのため接種機会を逃した人を対象に特例接種を行っています。

対象／平成9年4月2日～平成20年4月1日に生まれた女性で、HPVワクチンの3回接種を完了していない人

接種期間／令和7年3月31日まで ※1回目から3回目の接種まで6か月程度の間隔をあける必要があるため、接種期限までに3回接種を希望する人は9月までに1回目の接種をしてください。期限後の接種は全額自己負担となります。

特例接種対象者で、定期接種・特例接種期間外に自費接種を済ませた人への償還払いも行っています。詳しくは市ホームページで確認を

**介護保険負担限度額認定証の更新**

更新には申請が必要です。対象者には申請書を送付しています。

対象／認定証(有効期限が7月31日)をお持ちの人

**介護保険施設における居住費の助成制度(補足給付)が変わります** **8/1～**

近年の光熱・水道費上昇に伴い、負担の公平性と制度の持続可能性を高めるため、居住費の負担額が見直されました。詳しくは更新申請に同封するお知らせでご確認ください。

▶令和6・7年度の保険料率

兵庫県後期高齢者医療保険料を決める基準となる保険料率が決定しました。年間の保険料は、一人ひとりが等しく負担する「均等割額」と前年の所得に応じて負担する「所得割額」の合計(上限80万円)となります。

均等割額	1人につき 5万2791円
所得割額	(令和5年中の総所得金額等－43万円)×11.24%

▶所得の低い人の軽減

世帯の令和5年中の総所得金額などが一定の金額以下の人は、均等割額が軽減されます。

総所得金額等(被保険者全員+世帯主)が次の基準額以下の世帯	軽減割合
基礎控除額(43万円) + 10万円×(年金・給与所得者数－1)	7割
基礎控除額(43万円) + 29.5万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数－1)	5割
基礎控除額(43万円) + 54.5万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数－1)	2割

**小児科診療所の開設費用を助成します**

小児科診療所を開設するための費用の一部を市が助成します。

対象／令和7年3月31日までに、市内に小児科診療所を開設しようとする医師または医療法人で、次のすべての要件に該当する人 ①小児科診療所を新たに開設し、10年以上診療を続ける ②夜間休日応急診療所の診療および乳幼児健康診査に出務する ③事業承継でない ※その他要件あり

助成額／対象経費(土地・建物・医療機器等の取得費・賃借料・リース料など)の2分の1(上限1000万円)

申し込み／開設予定日の5か月前まで、かつ9月30日までに事前相談(対面、要予約)が必要です。まずは電話またはメールで保健総務課 (TEL 918-5414 FAX 918-5440 ④hokensoumu@city.akashi.lg.jp)へお問い合わせを

※詳しい要件や対象経費、申込方法などは市ホームページで確認を



詳しくはこちらから



**定額減税しきれない人へ  
調整給付金のお知らせを送付します**

給付対象／定額減税可能額が令和6年度分の住民税所得割額および住民税から推計された所得税額を上回るため定額減税しきれない人

給付金額／定額減税しきれない額の合計額(1万円単位で切り上げ)

**【定額減税可能額】**

所得税=3万円×(扶養親族数\*+1)

住民税=1万円×(扶養親族数\*+1)

※控除対象配偶者、扶養親族(国外居住者は除く)の人数

申請方法／調整給付金の対象者には、7月上旬～中旬に「支給のお知らせ」を送付します。

調整給付金の受給には申請が必要となる場合があります。「支給のお知らせ」で申請方法を確認し、申請期限までに手続きをしてください。

申請期限／10月31日



詳しくはこちらから

物価高騰対応支援給付金コールセンター  
(TEL)0570-078-123 (FAX)918-0321  
平日/午前9時～午後5時30分

**委員募集 自治基本条例市民検証会議・市民参画推進会議**

総務課法務担当 (TEL)918-5041 (FAX)918-5103

**▶自治基本条例市民検証会議委員**

「明石の自治」の指針となる自治基本条例の内容が市にふさわしく、社会情勢に適合しているかなどの検証を行うための委員を募集します。

任期／委嘱の日から検証が終了する日まで(概ね2年間)



申し込みはこちらから

**▶市民参画推進会議委員**

市民参画条例に基づき、条例の運用状況やその評価、市民参画の推進に必要な事項などを審議するための委員を募集します。

任期／委嘱の日から2年間



申し込みはこちらから

いずれも対象／市内在住・在勤・在学の満18歳以上で、他の審議会などの委員を5つ以上兼ねていない人 定員／2人程度 選考方法／書類審査、面接 申し込み／上記の専用フォームで7月15日まで受け付け ※インターネットの利用が難しい人は、同担当へ連絡を

**傍聴者募集**

**▶都市景観審議会**

日時／7月8日(月)午後2時～ 場所／市役所議会棟2階第3委員会室 内容／景観計画の策定に向けた取り組みなど 定員／5人

申し込み／7月5日午後5時まで都市総務課 (TEL)918-5037 (FAX)918-5109 (E)tosou@city.akashi.lg.jp)で受け付け。応募多数時抽選

**▶第1回地域総合支援センター運営協議会**

日時／7月25日(木)午後2時～ 場所／市役所議会棟2階大会議室 内容／地域総合支援センター運営事業報告など 定員／10人

申し込み／7月12日まで地域共生社会室 (TEL)918-5289 (FAX)918-5049

(E)sougoushien@city.akashi.lg.jp)で先着順に受け付け。

申込フォームからも申し込み可



申し込みはこちらから

**職員募集【令和7年4月採用または年度途中採用予定】**

職員室職員担当 (TEL)918-5006 (FAX)918-5145

**▶正規職員**

職種	人数	受験資格	受付期間
保育教育職	8人程度	保育士資格、および幼稚園教諭免許の両方を有する人(令和7年3月31日までに取得する見込みの人を含む)	～7月29日
技術職 (土木・建築・電気・機械・環境化学・水産)	10人程度	昭和40年4月2日以降に生まれた人	～9月9日
		新卒 大学、短期大学、高等専門学校、専門学校、または大学院で、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 社会人経験 高卒以上で次の①～③のいずれかを満たす人 ①大学、短期大学、高等専門学校、専門学校、大学院、または高等学校で、職種区分の専門課程を修めて卒業または修了した人 ②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正規職員として職種区分に関わる職務経験がある人(経験年数不問)	

**▶任期付フルタイム勤務職員(任期5年)**

広報デザイン担当	若干名	昭和35年4月2日以降に生まれた人	イラストレーター、インデザイン、フォトショップ(いずれも必須)を使用したDTP作業ができ、自治体や企業等の広報媒体の制作を5年以上経験した人	～7月16日
----------	-----	-------------------	--	--------

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、受付期間内に市ホームページから申し込み ※8月29日(木)に

技術職オンライン採用説明会を実施します。詳しくは市ホームページで確認を



詳しくはこちらから

**就職希望者向け 私立保育所見学バスツアー**

こども育成室施設担当 (TEL)918-5267 (FAX)918-5163

市内の保育所・認定こども園をバスに乗って見学します。園長先生たちのお話を聞いて、自分に合った就職先を見つけませんか。

日時・集合場所／①8月8日(木)・JR魚住駅 ②8月9日(金)・JR西明石駅 ③8月20日(火)・JR明石駅 ④8月21日(水)・JR朝霧駅 ⑤8月24日(土)・JR魚住駅 いずれも午前9時～正午

対象／保育士資格所持者および取得見込みの人 定員／各日20人 費用／無料

申し込み／市ホームページの申込フォームまたは電話、ファクシミリ(氏名・住所・年齢・電話番号・メールアドレス・参加希望日・保育士資格の有無を記入)で同担当へ。先着順 ※見学は各日3園(予定)



詳しくはこちらから

**あかしこども広場 子育て支援講座**

あかしこども広場講座受付係(最終水曜日休館)  
TEL 918-6219 FAX 918-6223  
akashikodomo@kobeymca.org

講座名	日時	対象	定員	費用	内容
①ハッピープレママサロン	8月3日(土) 14:00～15:30	11月～来年1月に出産予定の妊婦	20人	200円	妊娠中と産後の食生活アドバイスと試食、プレママ同士の交流
②離乳食教室(後期)	8月8日(木) 10:00～12:00	第1子が9～11か月の子どもと保護者	20組	200円	離乳食の進め方についての話と試食 ※試食は親のみ
③親子工作教室A・B	8月10日(土) A=10:30～11:30 B=14:00～15:00	4歳～就学前の子どもと保護者	各12組	250円	スライム作りと夏の工作
④親子クッキング教室	8月11日(日・祝) 10:00～13:00	5歳～就学前の子どもと保護者	18組	500円	夏野菜カレー、ラッシー
⑤子育て親育ちセミナー	8月16日(金) 10:00～12:00	小学3年生以下の子どもの保護者	20組	無料	子どもの才能発見講座
⑥もうすぐパパママ講座A・B	8月17日(土) A=10:15～12:15 B=14:00～16:00	11月～来年1月に第1子を出産予定の妊婦とパートナー	各24組	無料	赤ちゃんを迎えるにあたっての助産師の話、赤ちゃん人形を使って抱っこや沐浴の実習など
⑦離乳食教室(前期)	8月22日(木) 10:00～12:00	第1子が4～6か月の子どもと保護者	20組	200円	離乳食の進め方についての話と試食 ※試食は親のみ
⑧父子のふれあい教室	8月25日(日) 10:30～11:30	2・3歳の子どもと父親	12組	250円	米粉ねんどであそぼう!

いずれも場所／あかしこども広場(パピオスあかし5階)

申し込み／電話・ファクシミリ・メール(講座日・講座名・参加者全員の氏名・ふりがな・郵便番号・住所・電話番号、①⑥は出産予定日、③⑥は希望の時間、②～⑤⑦⑧は子どもの氏名・ふりがな・生年月日・年齢(月齢または学年)、⑤は子どもの参加の有無を記入)で7月10日午後5時までにあかしこども広場講座受付係へ。応募多数時抽選。定員に満たない場合は締切後、先着順受け付け。

対象外のきょうだいの参加不可。対象はいずれも講座受講時。



他にも各講座やイベントはホームページに掲載中



**天文科学館だより** 開館時間：午前9時30分～午後5時 高校生まで入館無料  
 観覧料：一般700円  
 〒673-0877 人丸町2-6 TEL 919-5000 FAX 919-6000 月曜・第2火曜日休館(祝日は開館、翌営業日が休館)

**キッズプラネタリウム**  
 「ほしぞらかんさつをしよう」

夏の夜空には見どころがいっぱい！みんなでみあげてみましょう。

期間／7月13日(土)～9月1日(日) 土・日曜日・祝日と、7月20日～9月1日の①午前11時10分～ ②午後2時30分～ ※7月13日～15日の①は「シゴセンサー」のキッズプラネタリウム(申し込み制)になります

**こども天文教室「天の川と流れ星の観察」**

天文科学館の学芸員がテーマごとの天文の話題を解説します。

日時／7月20日(土)午前9時50分～  
 対象／どなたでも(小学4年生以上向け)

**特別展「プラネタリウム博覧会  
 ～世界のプラネタリウム大集合～」**

世界のプラネタリウム、学校に設置されたプラネタリウム、天文時計など、プラネタリウムに関する珍しい資料を展示します。



期間／7月20日(土)～9月8日(日)

天文科学館と文化博物館は「シニアいきいきパスポート」提示で観覧無料



**夏休み 工作・講座にチャレンジ!**

**天体望遠鏡工作**

対物レンズ径4インチ、倍率35倍の望遠鏡を工作します。



日時／①7月23日(火)、②7月31日(水)、③8月2日(金)、④8月7日(水) いずれも午後2時～4時30分 場所／文化博物館 対象・定員／①③小学4年生～中学生・各日40人、②④小学1～3年生(保護者同伴)・各日20組 費用／3100円 締め切り／①7月10日、②7月17日、③7月19日、④7月24日

**アトウッドタイプ プラネタリウム工作**

天球儀に穴をあけ、外から入る光で星を楽しむタイプのプラネタリウム工作。



期間／①7月24日(水)、②8月1日(木) いずれも午後1時30分～3時45分 対象／小学4年生～中学生 定員／16人 費用／300円 締め切り／①7月10日、②7月18日

**コスミックカレッジ**

〈①キッズコース〉かさ袋ロケットを作って、ロケットの原理を学びます。  
 〈②基礎コース〉簡単な真空装置を使って実験します。アルコールロケットも飛ばしてみよう。

日時／①8月6日(火)、②8月9日(金) いずれも午後1時45分～4時 場所／ウイズあかし(アスピア明石北館) 対象・定員／①小学1～3年生(保護者同伴)・20組、②小学4～6年生・30人 費用／無料 締め切り／①7月23日、②7月26日

**シゴセンサー!  
 夏休みキッズサマースクール**

シゴセンサーといっしょに子午線について学ぼう！時刻や子午線のおはなしとクイズ、トンプラの標識前で記念撮影をします。

期間／①8月20日(火)、②8月21日(水) いずれも午前10時～11時 対象／4歳～小学2年生と保護者 定員／30人 費用／無料 締め切り／8月6日



申し込み／各締め切り日の午後5時まで同館ホームページで受け付け。応募多数時抽選 ※ホームページからの申し込みができない場合は電話でお問い合わせを

**文化博物館からの案内状** 中学生まで観覧無料

〒673-0846 上ノ丸2-13-1 TEL 918-5400 FAX 918-5409  
 otoiawase@akashibunpaku.com https://www.akashibunpaku.com/

夏季特別展

**迷路遊びからお城イラストへ** —香川元太郎の作品世界—



夏季特別展について詳しくはこちらから



「姫路城の迷路」(プレNEO「にっぽんの図鑑」小学館より)

香川元太郎さんの描く明石城をはじめとする全国各地の緻密で美しいお城イラストと、段ボール迷路やさがし絵遊びで、お城の楽しさを発見できる体験型展示です。

期間／7月13日(土)～9月1日(日)午前9時30分～午後6時30分(入館は午後6時まで。会期中無休)  
 観覧料／大人1000円、大高生700円(中学生以下無料)、障害者手帳などの提示で半額

関連イベント<要観覧料・要申し込み>

講座「堀?土塁?石垣?

遺跡立体図から探るひょうごのお城

日時／7月20日(土)午後1時30分～3時 講師／永恵裕和さん(県立考古博物館) 定員／80人

申し込み／右記の専用フォームで先着順に受け付け中



※イベントの手話通訳・要約筆者の派遣を希望する人は、7月4日までにお知らせください

〈ぶんぱくお城フェスタ〉 7月15日(月・祝)

▶クイズラリー「あかしぶんぱく なぞとときの陣」

時間／午前9時30分～午後5時(午後4時まで受け付け) 費用／無料

▶ぶんぱく楽市

時間／午前10時～午後5時(ブースにより異なる)  
 内容／お城にまつわる物販やワークショップ

▶見学ツアー「国指定史跡と復元イラストで迫る明石城」

時間／午前10時30分～正午 内容／夏季特別展を鑑賞後、国の重要文化財である明石城両櫓を見学  
 対象／どなたでも 定員／20人 費用／300円(別途要観覧料) 申し込み／7月2日から右記の専用フォームで先着順に受け付け



詳しくはこちらから



申し込みはこちらから

**市民会館 チケット案内**

アワーズネット 検索

市民会館 TEL 912-1234 FAX 914-0970  
 西部市民会館 TEL 918-5678 FAX 946-2334

人形劇団むすび座

「オズのまほうつかい」

日時／9月1日(日)午後2時開演(午後1時30分開場) 場所／市民会館大ホール 料金／一般前売り2500円、当日3000円(全席自由)



チケット／明石・西部市民会館で販売中 ※4歳以上有料。3歳以下はひざ上鑑賞無料。席が必要な場合は有料

しまじろうコンサート「しまじろうと

わくわくドーナツフェスティバル」



日時／9月21日(土)①午後1時30分～ ②午後4時30分～、22日(日・祝)①午前10時～ ②午後1時30分～ ③午後5時～(いずれも30分前開場)

場所／市民会館大ホール 料金／3480円(全席指定) チケット／明石・西部市民会館で販売中 ※3歳未満は保護者1人につき子ども1人までひざ上鑑賞無料。席が必要な場合は有料



本のまち明石  
**図書館なび**

市 あかし市民図書館(TEL918-5800 FAX913-6071)  
西 西部図書館(TEL918-5675 FAX947-2754)



**7月2日(火)から学習席の**

**座席予約システムが始まります** 市 西

学習席の利用に予約が必要になります。パソコン、スマートフォンから予約ができます。また、館内の予約端末で当日の予約も可能です。  
※予約には利用者カードが必要です



詳しくはこちらから

**まちかどミニコンサート**

**「美ら音～沖縄の風を感じて～」** 市

日時/7月21日(日)午後3時開演(午後2時30分開場) 内容/三線、ウクレレ、キーボードで奏でる沖縄ポップス 対象/どなたでも 定員/30人 申し込み/7月7日から窓口または電話、ファクシミリで先着順に受け付け

**夏のおはなし会** 西

日時/7月27日(土)午前11時～正午 内容/「はとの会」のメンバーによる大型絵本の読み聞かせやパネルシアター 対象/3歳～小学生 定員/30人 申し込み/7月13日から窓口または電話、ファクシミリで先着順に受け付け

**夏休み応援ラボ**

▶ **不思議の研究室**

日時/市=7月30日(火) 西=8月3日(土) いずれも午後1時30分～3時 内容/不思議な浮沈子を作って、遊びを楽しみながら動きの仕組みを学ぼう 対象/小学生 定員/各15人 申し込み/市は7月15日、西は7月20日から窓口または電話、ファクシミリで先着順に受け付け

▶ **作文の研究室**

日時/8月2日(金) 市=午前10時～正午 西=午後2時～4時 内容/原稿用紙の使い方や作文の書き方のコツを学び、読書感想文を書いてみよう 対象/小学3～6年生 定員/各15人 申し込み/7月19日から窓口または電話、ファクシミリで先着順に受け付け

▶ **新聞の研究室**

日時/8月8日(木) 市=午前10時～11時30分 西=午後1時30分～3時 内容/夏休みの思い出を記事にして、自分だけの新聞を作ろう 対象/小学3～6年生 定員/各15人 申し込み/7月25日から窓口または電話、ファクシミリで先着順に受け付け

● **7月の図書館イベント** ●

	日	時間	内容	対象
あかし市民図書館	2日(火)	11:00～	お	3歳以下親子
	6日(土)	11:00～	お	どなたでも
	9日(火) 23日(火)	11:00～	お	3歳以下親子
	13日(土) 27日(土)	11:00～	お	4～6歳
		11:30～		小学生
20日(土)	11:00～	か	小学生まで	

	日	時間	内容	対象
西部図書館	6日(土)	11:00～	お	3～5歳
	20日(土)			5歳以上
	9日(火) 23日(火)	11:00～	お	2歳以下親子
		11:30～		3～4歳親子
	12日(金) 26日(金)	16:00～	お	4～5歳
	27日(土)	11:00～		か

お = おはなし会    か = かみしばい

ファクシミリでの申し込みは、イベント名と日時・氏名・利用者カード番号(あれば)・FAX番号を記入して各館へ。 ※開館時間外のファクシミリは無効

**コミセン教室**

※コミセンは月曜・祝日休館です

申受付開始日の午前9時から先着順に窓口または電話で受け付け(聴覚障害などで電話での連絡が難しい人はファクシミリで各コミセンへ)。詳しくはホームページ、右記QRから確認を。



明石市 コミセン情報紙 検索

コミセン名	講座名	日時	定員・費用	受付開始日
錦城	みんな集まれ! 夏休み親子コンサート 楽器作りもあるよ!	8月3日(土) 10:00～12:00	親子10組 (小学生以上) 無料	7/2
朝霧	ゼロからはじめる山登り実践講座 ～いくつになっても歩く旅を!～	7月27日(土) 13:30～15:30	20人 無料	7/2
衣川	指揮者が語る音楽の楽しみ	8月31日(土) 13:30～15:00	40人 無料	7/31
野々池	親子工作教室 (手で動くダンシングフラワー)	8月24日(土) 10:00～11:30	親子10組 (小学校低学年) 無料	7/19
望海	夏休み親子工作教室 ～ピンポン玉のガラポン抽選機を作ろう～	8月3日(土) 13:30～15:00	親子10組 (小学生まで) 300円(材料費)	7/6
大久保	親子工作教室 ～夏休みの宿題にも～	8月3日(土) 10:00～12:00	親子7組 (小学校低学年) 無料	7/5
大久保北	親子で楽しむボードゲーム会	8月3日(土) 10:00～11:00	親子8組 (4歳以上) 無料	7/6
江井島	お家でできる薬膳講座 ～食養生の基本～	8月31日(土) 10:00～11:30	50人 無料	7/28
魚住	夏休み親子教室 「鏡のふしぎ! キラキラ万華鏡づくり」	8月3日(土) 10:00～11:30	親子10組 (小学生) 300円(材料費)	7/13
二見	落語のお時間	8月7日(水) 13:30～15:00	50人 無料	7/6

● **文化国際創生財団からのお知らせ** ●

〒673-0886  
東仲ノ町6-1アスパア明石北館7階  
TEL 918-5085 FAX 918-5121  
event@accf.or.jp

● **子ども異文化体験「はじめての国際交流ふみだせ!せかいへのいっぽ」**

加古川市国際交流員のアーヴィンさんから、アメリカのお話をゲームなどを通して楽しく聞いてみませんか。

日時/8月6日(火)午後2時～3時30分 場所/ウィズあかし(アスパア明石北館8階) 対象/小学生と保護者 定員/16組 費用/無料 申し込み/7月17日まで同財団ホームページの専用フォームで受け付け中。応募多数時抽選

● **第51回 明石市文芸祭 作品募集**

明石市文芸祭 部門/一般(俳句・川柳・短歌・詩・随筆・小説・児童文学)、ジュニア(俳句・川柳・短歌) ※ジュニア=小学生の部・中学生の部の2区分で受け付け 応募料/1人500円(複数部門応募の場合も同額、中学生以下・ウェブ応募は無料) 賞/部門ごとに市長賞・議長賞・教育長賞・神戸新聞社賞・実行委員会賞 応募方法/右記のQRから応募または、作品に応募票と応募料(郵便小為替または現金書留)を添えて、8月29日(必着)までに持参か郵送で同財団へ







# 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	4	5	6
7	7	8	9	10	11	12	13
月	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	
8	4	5	6	7	8	9	10
月	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

### 国民健康保険料 休日納付相談

7月6日午前9時30分～午後4時30分  
国民健康保険証の更新や保険料の納付相談が必要な人  
国民健康保険課収納係(市役所本庁舎2階 TEL918-5023 FAX918-5105)

### 都市計画変更案 説明会

7月18日午後3時～  
明石グリーンセンター  
都市計画(ごみ焼却場・ごみ処理場)の変更案について  
30人  
7月17日午後3時まで申込フォームで受け付け。  
インターネットの利用が難しい人、または手話通訳など配慮が必要な人は連絡を  
資源循環課 (TEL918-5788 FAX918-5793)

### 7月は「社会を明るくする運動」 強調月間です

犯罪や非行をした人たちの立ち直りについて理解を深めるため、明石地区推進委員会では7月10日まで、あかし市民図書館やJR大久保駅橋上市民ギャラリーでの展示などで啓発活動を行います。それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築きましょう。  
地域共生社会室地域総合支援担当 (TEL918-5289 FAX918-5049)

### 市チャレンジ・スタートアップ 事業者を募集(補助事業)

新商品・新サービスの開発や販路の開拓・拡大に必要な経費の一部を補助します。  
募集期間/8月30日まで  
事業実施期間/補助金の交付決定日～来年3月31日  
市内に本社・本店がある中小企業者(個人事業主を含む)、または市内で創業を予定している人  
対象経費/機器購入費(新規購入、改造・改築含む)、広報・宣伝費、展示会などの出展費、開発(原材料)費など  
補助額/対象経費の3分の2以内(最大50万円)  
募集件数/6件  
商工政策課 (TEL918-5098 FAX918-5126) 詳しくはこちら

## 募集

### 明石観光協会 職員 (フルタイム)

職種/契約職員  
採用人数/2人  
7月30日(必着)までに、申込用紙(同協会ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、持参または郵送で同協会(〒673-0886 東仲ノ町6-1 アスピーア 明石北館7階 TEL918-5080 FAX911-0579)へ  
詳しくは同協会ホームページで確認を

## 教室・講座

### ふれあいプラザあかし西の催し

場・申・開 ふれあいプラザあかし西 (TEL945-0294 FAX945-0295)  
窓口または電話で7月5日午前9時から受け付け。  
健康講座「ゴースト血管の予防が健康長寿のカギ!」  
8月2日 ①午前10時～11時 ②午後2時～3時  
講話と体操  
30歳以上  
各30人  
健康クッキング「血管年齢を若く保つための食事作り」  
8月8日午前10時～午後0時30分  
調理実習と講話  
20歳以上  
16人  
1人850円程度  
エンジョイプラス  
8月23日午後2時～3時  
楽しく盆踊り♪  
30歳以上  
40人

### エクササイズで健康度アップ教室 あかし健康ソムリエプロジェクト

あかし健康ソムリエ会  
SP21人丸  
7月17日午前10時～11時30分  
場人丸小コミセン  
SP21大久保  
7月17日午前10時～11時30分  
場あかし保健所 1階多目的ホール  
SP21林  
7月24日午前10時～11時30分  
場林会館(林コミセン)  
SP21二見  
7月24日午前10時～11時30分  
場二見北小コミセン

いずれも健康チェック、明石焼体操、各種健康体操など  
どなたでも  
持ち物/上靴(大久保は不要)、飲み物  
不要、直接会場へ(人数制限あり)  
公共交通機関で来場を  
健康推進課 (TEL918-5657 FAX918-5440)

### 総合福祉センター新館の教室 健康体操・ポッチャなど

場・開総合福祉センター新館 (TEL927-1125 FAX927-1126)  
健康体操とACEボール教室  
7月9日・23日 いずれも午前10時30分～11時30分  
体操指導と明石発祥のニュースポーツ  
NightポッチャDay(水6どうでしょう)  
7月17日午後6時～8時  
楽しくポッチャで交流  
サウンドテーブルテニスDay  
7月1日・15日 いずれも午後1時～3時  
球の音を頼りに競技する卓球  
日曜ポッチャDay  
7月28日午前10時～午後4時  
1日中ポッチャで楽しもう  
どなたでも  
不要、直接会場へ  
上靴持参

### 勤労福祉会館の催し

2024 SDGs x 神戸商業高校 ワークショップ  
7月20日午前10時～午後3時  
ゲームやクイズ、ワークショップを通してSDGsを体験  
どなたでも  
骨盤調整体験会  
骨盤から背骨のゆがみの姿勢チェック  
7月21日午前9時30分～午後4時  
1人30分程度(時間帯別で予約受け付け)  
初めて参加する人  
11人  
いずれも7月3日午前9時から窓口または電話で同会館 (TEL918-5422 FAX918-5423 火曜日休館)へ。

## Go!Go!あかしっ子学びの広場

場・開サンライフ明石  
8月4日午前9時30分～  
各講座の詳細はお問い合わせを  
こども体験教室

内容	定員
アイシングクッキー体験	20人
初めての筆ペンにチャレンジ	16人
頭を使って体を動かす スポーツ脳トレ	20人
こども将棋入門講座	10人
おもしろ環境化学実験～二酸化炭素を学び入浴剤を作ろう	30人
チョークアート教室	10人
タワシ DE 猫を作ろう	10人
ロボットプログラミング教室	16組
エコクラフト帆船を作って浮かそう	15人
みんなで踊ろう!キッズダンス	30人

小学生以上(未就学児可・保護者同伴の教室あり)  
各教室100円～1000円  
※事前入金制(材料費・保険料込み)  
ワークショップ・フリーマーケット・ゲームコーナー(参加自由)  
お菓子・パンなどの販売、骨密度測定、ハンドマッサージ、お菓子つきみ取りなど  
どなたでも  
ゲーム1回100円(講座参加者は1回無料)  
7月4日午前10時から同施設 (TEL923-0770 FAX922-5336) 窓口または電話で受け付け。  
詳しくはこちら

### 講演会「自分らしく生きるを実現するために」

あかし女性応援ねっと  
7月20日午後1時30分～3時30分  
ウィズあかし(アスピーア明石北館8階)  
生涯にわたっての健康、生きがいの大切さについての講演会と交流会  
講師/田中あゆみさん(あさざり病院 副院長)  
どなたでも  
30人程度  
7月15日までに同団体ホームページの申込フォーム、または電話、ファクシミリ(氏名・年齢・住所・電話番号・FAX番号を記入)であかし女性応援ねっと事務局(インクルーシブ推進課 TEL918-6037 FAX918-5617)へ。



障害者施設による物品販売(7月)

主な販売品目	販売日
クッキー・パウンドケーキなど	18
クッキー・お弁当	4.11.18.25
焼き菓子・チョコレート菓子	1.4.8.11 18.22.25.29
お弁当・お惣菜・丼など雑貨	1.8.22.29
お寿司	4.11.18

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(TEL)918-1344

FAX 918-5244) ※レジ袋持参

県立大学看護学部 夏休み公開講座「みんなで命を救おう!」



目・場・問 県立大学明石看護キャンパス (TEL) 925-9404 FAX 925-0858)

時・対 8月6日 午後1時30分~3時=小学5・6年生 午後3時~4時30分=中学生

対心肺蘇生における声を出すことの大切さ、胸骨圧迫やAEDの使い方を学ぶ

対40人(保護者同伴可)

対1人1000円(当日支払い)

対右記の申込フォームから受け付け中。(先着)



申し込みはこちらから

家族セミナー「子を理解し一歩を踏み出せるようになる親の関わり方」

時7月27日 セミナー=午後2時~4時 個別相談会=午後4時~4時45分

場ウィズあかし(アスパア明石北館7階)

対わが子の就労に悩んでいる参加者同士で、家族間コミュニケーションの改善法について語り合う。希望者には個別相談会あり

対就職氷河期世代(平成5年~16年に学校卒業期を迎えた人)の家族

対10人

対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(TEL)915-0677 FAX915-0678)へ。(先着)



詳しくはこちらから

相続と遺言のお話&個別相談会

時8月10日午前10時~午後1時

場明石商工会議所

対相続登記しないとどうなる?相続登記の申請の義務化などについての講演と個別相談会

対150人

対8月1日までに電話または、申込用紙(同会議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、ファクシミリで同会議所(TEL)911-1331 FAX911-6738)へ。(先着)

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

起業応援セミナーあかし2024

時8月3日午後1時30分~4時30分

場明石商工会議所

対講演「やり方より在り方!想いを形に、アイデアを社会で実現する方法」、パネルディスカッション「起業家2人による体験談」、事業プレゼン「ビジネスを通じて実現したい夢」(発表者募集・1人3分・3人程度)

対起業に関心のある人、起業を目指す人、すでに起業している人

対会場=50人、オンライン=50人

対7月29日まで、産業振興財団ホームページの申込フォームまたは申込書(明石商工会議所ホームページに掲載)に必要事項を記入し、ファクシミリで同会議所(TEL)911-1331 FAX911-6738)で受け付け中。(先着)

対※事業プレゼン発表希望者は7月22日までに申し込みを



詳しくはこちらから



講演会「こどもの権利」でつながろう

目・問(一社)こどものこれからとよとの役割(TEL)090-3700-6964・川島 kodomonokorekara.info@gmail.com)

時・対①7月15日=セルフヘルプとは? ②8月4日=こどもの人権を尊重するってどういうこと? ③9月15日・④9月22日=特別支援教育~障害のある子どもを中心にした教育~いずれも午後2時~4時30分

場ウィズあかし(アスパア明石北館7階)

対どなたでも

対各回60人

対各回1000円

対右記の申込フォームまたは電話、メール(氏名・電話番号を記入)で同団体へ。(先着)

対※オンラインでの参加も可。申し込み後、指定の口座へ送金



申し込みはこちらから

シンポジウム「ここで、もう一度ひきこもりについて考える」

目NPO法人陽だまりの会・たらぶ

時7月20日午後1時~4時30分

場あかし保健所 1階多目的ホール

対講演会「ひきこもりの理解を深めよう」、「現代のひきこもりとは?」、「対話的アプローチの可能性」

対100人

対500円(資料代)

対7月13日までにメール(氏名・年齢・参加人数・お住まいの地域・立場(当事者・支援者・その他)・シンポジウムを知ったきっかけを記入)で同会(hidamari.tarab@gmail.com・坂本)へ。(先着)



申し込みはこちらから

スポーツ&アウトドア

中央体育会館・石ケ谷公園の催し

▶石ケ谷自然体験教室「ちよっ金ハウスを作ろう!」

時7月28日午後1時30分~4時

※雨天決行

場中央体育会館会議室

対お金を入れるとコロコロと転がり、仕分けされる貯金箱づくり

対小学生以上(小学生は保護者同伴) 定20人

対800円(保険料込み)

対7月2日~16日に同会館(TEL)936-6621 FAX936-6624)窓口または電話で受け付け。(先着)

▶石ケ谷ハーブイベント「ハーブの日」

時8月2日午前10時~正午

対※雨天中止、午前8時30分時点で実施決定

場石ケ谷公園内 石ケ谷ハーブガーデンズ

対ハーブの摘み取り(1人20本まで)、ハーブティーの試飲

対1人100円

対持ち物/軍手・剪定ばさみ・持ち帰り用袋持参

対不要、当日現地で受け付け(午前11時30分まで)

第15回 中央体育会館ホープ杯サマーフェスティバル

日時	種目
8/10 9:00~16:00	①バドミントン ダブルス
8/11 9:00~16:00	②男女混合 バレーボール(220名)
	③男女混合 バスケットボール

対①小学生・一般 ※一般の部は18歳以上(高校生不可)

対②③18歳以上(高校生不可)

対①1ペア1200円、②③1チーム5000円

対7月15日までの午前9時~午後8時に所定の申込書に参加費を添えて、同会館窓口(TEL)936-6621 FAX936-6624)へ。(先着)



フードドライブにご協力ください

家庭の食べきれない食品を持ち寄りください。集まった食品は、市内の子ども食堂で活用させていただきます。

主催 イオン明石ショッピングセンター

日時・寄付場所 7月12日~15日

・午前10時~午後9時 = 明石ビブレ1階インフォメーション前  
・午前11時~午後4時 = 同センター2番街 1階インフォメーション前

寄付いただきたい食品 お米(袋に入れてお持ちください)、缶詰、レトルト食品、粉ミルク、離乳食、調味料、野菜など  
※生鮮食品、アルコール類、開封されたもの、賞味期限が1か月未満のものは受け取りできません。

お問い合わせ/資源循環課(TEL)918-5794 FAX918-5793)

明石海浜プール 小学1年生 無料水泳教室

時8月6日・7日 いずれも午前8時30分~9時30分

※希望日選択不可

場明石海浜プール



対楽しみながら水に慣れ、水泳への興味を持つ

対水に顔がつけられない・浮くことができないなど水泳が苦手な市内在住・在学の小学1年生(保護者同伴)

対各日20人

対7月2日~16日に往復はがきに氏名とふりがな・生年月日・小学校名・住所・電話番号・保護者名・泳力(水が怖い・水に顔がつけられないなど)を記入し、明石海浜公園 屋内競技場事務所(〒674-0093 二見町南二見8-1 TEL)943-0873 FAX942-8650)へ。(随時)

園芸

花と緑の学習園(上ヶ池公園内)園芸講習会

目・問 同学習園(TEL)924-6111

FAX924-6121)

▶見て触ってビックリ!食虫植物の観察をしよう(食虫植物付き)

時7月27日午後1時30分~3時30分 定20人

対800円

▶マリーゴールドを使ってハンカチを染めてみよう

時7月28日午後1時30分~3時30分 対小学生(1~3年生は保護者同伴) 定20人

対500円

いずれも7月4日午前9時から同学習園で電話受け付け。(先着)

明石公園の自然観察② ~セミの羽化観察~

時7月28日午後6時~8時

※雨天時は8月4日に延期

対20人

対100円

場・時7月1日午前9時~7日午後5時まで花と緑のまちづくりセンター(明石公園内 TEL)918-2405 FAX919-5186)

対ホームページの申込フォームで受け付け。(随時) 対詳しくはこちらから





## 保健メモ

※午前の事業は7時、午後の事業は11時時点で市内に気象警報が発令されている場合、中止します。

### ● 7月の胸部巡回検診スケジュール

☎保健予防課 (TEL 918-5668 FAX 918-5584)

市内各地をレントゲンバスで巡回し、胸部検診を行います。

対象 / 40歳以上の市民

受診方法 / 要予約 明海病院検診課 (TEL 922-4881)

受け付け 9:00~16:00(平日)

身分証明書と検診料金を持参し、下記日程に直接会場へ

※健診費用助成券を持っている人は持参

費用 / 500円(かく痰検査を実施する場合は500円追加)

※70歳以上の人などは無料

要予約  
予約は明海病院へ

日時	場所
16日(火) 13:00~14:30	山の下公民館
16日(火) 15:30~17:00	大窪会館
17日(水) 13:00~14:30	清水新田公民館
17日(水) 15:30~16:30	諸池自治会集会所
18日(木) 14:00~16:00	鳥羽小コミセン
23日(火) 14:00~16:00	山手台会館
24日(水) 14:00~16:00	弁財天公民館
25日(木) 14:00~16:00	西部文化会館
26日(金) 14:00~16:00	あさぎり福祉センター
27日(土) 9:30~11:30	シャルマンコーポ明石

※聴覚障害などで、電話での連絡や予約が難しい人はファクシミリで保健予防課へ  
※車での来場は不可

### ● 乳幼児健康診査など(対象児には個別で通知しています)・無料

☎こども健康センター (TEL 918-5656 FAX 918-6384)

健診はすべて予約制です。個別の案内や市ホームページなどで確認し、予約を。変更や中止は、随時、市ホームページなどでお知らせします。

4か月児健診	対象 / 令和6年3月生 場所 / 市内指定小児科医療機関など
10か月児健診	対象 / 令和5年9月生 場所 / 市内指定小児科医療機関
1歳6か月児健診	対象 / 令和4年11月生 場所 / こども健康センター
2歳児歯科健診	対象 / 令和4年3月生 場所 / 市内指定医療機関
3歳6か月児健診	対象 / 令和3年1月生 場所 / こども健康センター

※対象期間・日に受診できない場合は、ご相談ください

### ● 離乳食個別相談

管理栄養士による離乳食の個別相談を実施しています。

離乳食について不安・疑問・悩みなどあれば気軽に  
ご相談ください。

対象 / 生後4か月~1歳6か月ごろの乳幼児と保護者

費用 / 無料

申し込み / 市ホームページの専用フォームから申し込み

※要予約



申し込みはこちらから

### 里親相談会(毎月開催)

日時 / ① 7月3日(水)午後2時~4時

② 7月20日(土)午前10時~正午

※①は「子どものための養子縁組」のミニ講座あり

内容 / 里親・養子縁組の説明、先輩里親による体験談、個別相談

場所 / ①明石こどもセンター(大久保町ゆりのき通1-4-7)

②ウィズあかし(アスパア明石北館8階)

いずれも申し込み / 不要、直接会場へ

☎あかし里親センター (TEL 935-9720 FAX 935-9721)



詳しくはこちらから

### ● 8月の集団健診スケジュール

☎保健予防課 (TEL 918-5668 FAX 918-5584)

〈公共施設での集団健診〉

場所	日時	定員	健診	予約先・受付日時(祝日を除く)	
二見北小コミセン	10日(土)	9:30~11:30	各日70人	健 胸 風 ※風は健と同時受診のみ受診可	明海病院検診課 TEL 922-4881 月~金 9:00~16:00
魚住市民センター	24日(土) 31日(土)				

〈医療機関での集団健診〉

場所	日時	定員	健診	予約先・受付日時(祝日を除く)	
ささきクリニック	毎週月・木 (12日、19日除く)	13:00~15:30	各日20人	健 胸	ささきクリニック TEL 925-7333 10:00~19:00(月・火・木・金) 10:00~12:00(水) 10:00~16:00(土)
石井病院 健診センター	3日(土)	9:00~11:30	20人	健 胸	石井病院 TEL 918-1801 月~金 9:00~16:30
山本内科	9日(金) 23日(金)	13:30~15:00	各日20人	健 胸	山本内科 TEL 922-8121 月~土 8:30~12:00
明石リハビリテーション病院	10日(土)	9:30~11:00	20人	健 胸	明石リハビリテーション病院 TEL 941-6161 月~金 10:00~16:00
ふくやま病院	17日(土)	13:30~16:30	20人	健 胸 ※胸部検診を申し込みの場合のみ受診可	ふくやま病院 TEL 927-1514 月~土 10:00~16:00
野木病院	23日(金)	13:00~16:00	20人	健 胸 乳	野木病院 TEL 947-7211 月~金 13:00~16:00

健診の種類 / 健=健康まもりタイ健診(特定健診)・後期高齢者健康診査・大腸がん検診・胃がんリスク検診・肝炎ウイルス検診、胸=胸部検診、乳=乳がん検診、風=風しん抗体検査(昭和37年4月2日~昭和54年4月1日生まれの男性 ※無料クーポン券必要)

受診方法 / 事前に保健予防課から健診費用助成券を受け取り、上表の予約先で予約のうえ受診。

※聴覚障害などで、電話での連絡や予約が難しい人はファクシミリで保健予防課へ  
※個別健診は、指定医療機関に直接予約のうえ受診可

### あかし保健所の健康相談

費用=無料

あかし保健所では、健康に関する悩みや相談を受け付けています。

まずは  
お電話で  
ご相談を

お問い合わせ	相談名(相談員)・日時
健康推進課(3階) TEL 918-5657 FAX 918-5440	健康相談(保健師) 栄養相談(栄養士) 歯科保健相談(歯科衛生士) 禁煙相談(保健師) フレイル相談(栄養士・歯科衛生士など)
相談支援課(3階) TEL 918-5669 FAX 918-5440	こころの相談ダイヤル TEL 918-5401 精神保健相談(保健師・精神保健福祉士・社会福祉士など) 難病・小児慢性特定疾病に関する療養相談(保健師)
保健総務課(3階) TEL 918-5414 FAX 918-5440	不妊・不育専門相談(保健師) 7月24日(水) 13:30~16:30(1人1時間以内) ※相談日の1週間前までに要予約
保健予防課(4階) TEL 918-5421 FAX 918-5441	HIV・梅毒・肝炎に関する相談・検査(保健師など) 7月11日(木)・25日(木) 9:15~10:15 HIV、梅毒検査のみ当日結果通知11:30~ コロナやその他感染症に関する相談(随時受け付け)



※来所相談は午前の事業は7時、午後の事業は11時に市内に気象警報発令時は中止



7月の市民相談

●月～金曜日の相談は、休日を除く 費用＝無料  
●障害のある人などで電話予約が困難な場合は右記へ問い合わせを

お問い合わせ／市民相談室(市役所本庁舎2階)  
月～金曜日8:55～17:40 TEL918-5002 FAX918-5102

相談名 内容(相談員)	相談日時(7月)と場所	お問い合わせ 予約
<b>一般相談</b> 日常生活上での さまざまな問題	月～金曜日 8:55～17:40 市民相談室	市民相談室 TEL918-5002
<b>法律(弁護士)相談</b> 相続・離婚・借金など (弁護士)	2日、5日、9日、12日、16日、 19日、23日、26日、30日 13:00～16:00 市民相談室	相談日の2週間前の8:55から 電話予約受け付け 市民相談室 <b>要予約</b> TEL918-5002
<b>出張法律相談</b> 相続・離婚・借金など (弁護士)	8日＝大久保市民センター 22日＝二見市民センター 13:30～16:30	7月1日8:55から 電話予約受け付け 市民相談室 <b>要予約</b> TEL918-5002
<b>交通事故相談</b> 事故の損害賠償など (弁護士)	12日、26日(毎月第2・4金曜日) 13:00～15:30 市民相談室	随時予約受け付け 市民相談室 <b>要予約</b> TEL918-5002
<b>表示登記・境界相談</b> 登記・境界の問題など (土地家屋調査士)	4日、18日(毎月第1・3木曜日) 13:00～16:00 市民相談室	
<b>建築相談</b> 住宅建築への助言 (建築士)	9日(毎月第2火曜日) 13:00～16:00 市民相談室	
<b>年金・労働相談</b> 年金・労働問題 (社会保険労務士)	4日(毎月第1木曜日) 13:00～16:00 市民相談室	
<b>法務・登記相談</b> 不動産・相続登記など (司法書士)	10日、24日(毎月第2・4水曜日) 13:00～16:00 市民相談室	
<b>法務・登記相談</b> 不動産・相続登記など (司法書士)	13日 9:00～11:00(当日先着12人) 明石商工会議所	県司法書士会明石支部 TEL911-7724
<b>消費生活相談</b> 消費者トラブルなど (消費生活相談員)	火～土曜日(16日休館) 9:00～16:00 消費生活センター	消費生活センター TEL912-0999 <b>来所相談 要予約</b>
<b>人権相談</b> 人権に関する問題 (人権擁護委員)	1日 13:00～16:00 市民相談室	随時予約受け付け 市民相談室 <b>要予約</b> TEL918-5002
<b>行政相談</b> 国への意見・要望など (行政相談委員)	2日、16日＝市民相談室 9日＝大久保市民センター 16日＝魚住市民センター 23日＝二見市民センター 13:00～16:00	随時予約受け付け 市民相談室 <b>要予約</b> TEL918-5002
<b>行政オンブズマン</b> 市による権利利益の侵害 (行政オンブズマン)	3日、10日、17日、24日 13:30～16:30 市民相談室	市民相談室 <b>要予約</b> TEL918-5050
<b>ギャンブル問題相談</b> (全国ギャンブル依存症 家族の会)	11日(毎月第2木曜日) 13:00～16:00 市民相談室	随時予約受け付け 市民相談室 <b>要予約</b> TEL918-5002
<b>①子ども相談ダイヤル ②子育て相談ダイヤル</b> 子どもが抱える悩み・困り事、 子育てに関する悩みなど (保健師・心理士など)	年中無休24時間 ①子どもからの相談を受け付け ②大人からの相談を受け付け	①子ども相談ダイヤル ②子育て相談ダイヤル TEL926-2525 ※ヤングケアラーに関する 相談も受け付け
<b>子ども養育専門相談</b> 離婚などに伴う子どもの 養育費・面会交流など (元家庭裁判所調査官など)	25日(毎月第4木曜日) 13:00～16:00 市民相談室	7月1日8:55から 電話予約受け付け 市民相談室 <b>要予約</b> TEL918-5002
<b>あかし子育て相談室 (就学前まで、電話・来所)</b> 子育てに関する悩みなど (子育てアドバイザー)	月～日曜日(31日休所) 9:00～17:00 あかし子育て相談室	あかし子育て相談室 TEL918-5610 <b>来所相談 要予約</b>
<b>里親相談</b> 制度や登録に関する相談 (里親専門ケースワーカー)	月～金曜日 9:00～17:00 あかし里親センター (あかし保健所1階)	あかし里親センター TEL935-9720 <b>予約優先</b>

相談名 内容(相談員)	相談日時(7月)と場所	お問い合わせ 予約
<b>ひとり親家庭相談</b> ひとり親家庭の相談 (母子・父子自立支援員)	月～金曜日 9:00～17:00 児童福祉課	児童福祉課 TEL918-5182
<b>児童生徒にかかわる 教育相談(電話・面接)</b> 児童生徒の問題行動・ 不登校(教育相談員など)	月～金曜日 9:00～19:00 児童生徒支援課分室 (中崎小学校北校舎4階)	青少年育成センター TEL918-5410 <b>面接相談 要予約</b>
<b>いじめ・体罰相談ダイヤル 学校関係総合相談ダイヤル</b> (弁護士職員など)	月～金曜日 9:00～17:00 市民相談室	市民相談室 TEL918-5253
<b>男性のための電話相談</b> 男性のさまざまな悩み (男性相談員)	17日(毎月第3水曜日) 18:30～21:30 男女共同参画センター	男性電話相談専用 TEL918-5614
<b>女性のための相談 (電話・面接)</b> (女性問題カウンセラー)	火～土曜日(16日休館) 9:00～17:00 男女共同参画センター	あかし男女共同参画センター 相談受付ダイヤル <b>要予約</b> TEL918-5611(火～土曜日) ※下記の曜日のほっとライン (電話相談)は予約不要 水曜日 9:00～12:30 金曜日 13:30～17:00
<b>女性のための法律相談</b> (女性弁護士)	18日(毎月第3木曜日) 13:30～15:30(1人30分) 男女共同参画センター	7月5日から先着順に電話 予約受け付け <b>要予約</b> あかし男女共同参画センター 相談受付ダイヤル TEL918-5611(火～土曜日)
<b>女性のためのチャレンジ相談</b> 女性の起業・地域活動など (キャリアコンサルタント)	27日 ①14:00～ ②15:00～ ③16:00～ 男女共同参画センター	7月5日から先着順に電話 予約受け付け <b>要予約</b> あかし男女共同参画センター 相談受付ダイヤル TEL918-5611(火～土曜日)
<b>認知症相談ダイヤル</b> 認知症に関する相談 (保健師・社会福祉士など)	月～金曜日 9:00～17:40 総合福祉センター2階 ※各地域総合支援センターでも 相談可能	認知症相談ダイヤル TEL926-2200
<b>福祉相談</b> 身体障害者のさまざまな悩み (身体障害者相談員)	月・水～金曜日(15日除く) 9:00～12:00 勤労福祉会館	身体障害者福祉協会 TEL912-3333
<b>障害当事者相談</b> 障害に関する相談 (障害当事者または その家族 ※は家族会)	▷身体＝1日、3日*、17日*、29日、31日* ▷精神＝5日、8日*、19日、22日* ▷難聴＝10日、24日 ▷視覚＝4日、18日 ▷ろうあ(手話)＝11日、25日 ▷知的＝12日*、26日* 10:00～14:00 ASK事務所	ASK事務所 (勤労福祉会館1階) TEL945-5651 FAX945-5652 ask614@snow.ocn.ne.jp
<b>ボランティア相談</b> ボランティア活動に関する 相談(協議会相談員)	月～金曜日(15日除く) 8:55～17:40 場所は予約時要相談	社会福祉協議会 ボランティアサポーター協議会 TEL924-9105 <b>要予約</b>
<b>DV相談</b> 配偶者・パートナーから の暴力(DV相談員)	月～金曜日 8:55～17:40	配偶者暴力相談 支援センター TEL918-5186
<b>困難な問題を抱える 女性のための相談</b> (女性相談支援員)	月～金曜日 8:55～17:40	あかし女性SOS 総合サポートセンター TEL918-5206
<b>ひきこもりに関する相談</b> ひきこもりに関する相談 (保健師・精神保健福祉士・ 社会福祉士など)	月～金曜日 8:55～17:40 あかし保健所3階	ひきこもり相談センター TEL918-5659 yorisoi@city.akashi.lg.jp <b>面接・オンライン相談 要予約</b>
<b>明石にじいろ相談 (電話・メール・来所)</b> 性的少数者の悩みに 関する相談 (当事者職員ほか)	▶電話＝18日(第3木曜日) 18:00～21:00 ▶来所相談＝月～金曜日 9:00～17:00	インクルーシブ推進課 (電話相談) <b>来所相談 要予約</b> TEL080-2464-4231 (専用メール) sogie@ city.akashi.lg.jp (来所予約) TEL918-6056
<b>税務相談</b> (来所のみ)	9日、19日、23日、26日 10:00～13:00(1人30分程度) 近畿税理士会明石支部	近畿税理士会明石支部 TEL923-1415 <b>要予約</b>
<b>就業相談</b> 就業支援(就労支援員)	火～土曜日(16日休館) 9:00～17:00 (25日のみ夜間相談あり) ①18:00～ ②19:00～ ③20:00～ 男女共同参画センター	あかし男女共同参画センター 相談受付ダイヤル TEL918-5611(火～土曜日) ※夜間相談の 予約は5日前まで <b>面接相談 要予約</b>
<b>若者就労相談 (15～49歳)</b> 就職氷河期世代を含む就労 支援(キャリアコンサルタント)	8日 ①13:00～ ②14:00～ ③15:00～＝市民相談室 22日 ①13:00～ ②14:00～ ③15:00～＝大久保市民センター	あかし若者サポート ステーション <b>予約優先</b> TEL915-0677



# NEW 西明石地域交流センターの名称が icotto(いこっと)に決まりました



2026年新設予定

「西明石地域交流センター icotto」のロゴマークを募集します!



名称の応募総数は1332件でした。引き続き、施設を利用する人に親んでもらえるようロゴマークのデザインを募集します。

募集

募集期間/8月16日(金)まで 応募数/1人3点まで  
対象/市内在住・在学・在勤、市内に事務所や事業所を有する人、市内で事業活動や市民活動を行う人または団体 賞/採用者に図書カード2万円分、抽選で10人に図書カード1000円分 応募方法/応募用紙(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入してプロジェクト推進室(〒673-8686 市役所内 TEL 918-5283 FAX 918-5136)へ郵送、または市ホームページの専用フォームからデータを添付して応募 ※詳しくは市ホームページで確認を



詳しくはこちらから

## 明石の海を楽しもう!



7月1日~9月1日に、市内4か所(大蔵、林崎松江、藤江、江井島海岸)に遊泳者安全区域を設置し、安全に海を楽しめるようにしています。

### 林崎海岸海水浴場 7月1日(月)~8月31日(土)

主な施設/海の家、シャワー、トイレ、駐車場あり  
お問い合わせ/明石林崎海水浴場組合 (TEL 911-4971)

### 大蔵海岸海水浴場 7月13日(土)~8月25日(日)

主な施設/シャワー、トイレ、駐車場あり

### 大蔵海岸 自然観察センター

海の生き物や自然に触れ合おう

バケツ・網・箱メガネ・ライフジャケット・マリンシューズを無料で貸し出します。

開所日時/土・日曜日、祝日 午前10時~午後4時  
※天候不良や潮位の状況で利用できない場合があります

お問い合わせ/大蔵海岸公園管理事務所 (TEL 914-7255 FAX 914-7256)



## あかし動物センター 夏休みイベント

1 羊毛フェルトで「ふわふわわんこ・にゃんこのペン立て」を作ろう

日時 8月3日(土) 午前の部=午前9時30分~11時30分  
午後の部=午後1時~3時

対象 小学3年生以上の市民(小学生は保護者同伴)

定員 各回12人 費用 1000円(材料費)



2 獣医師から学ぶ「動物のいのち」

動物との関わりを通して命の大切さを一緒に考えます。クイズを解きながら施設全体をめぐる。

日時 8月10日(土)

午前の部=午前10時~正午  
午後の部=午後1時~4時30分(所要時間 約45分)

対象 市民(小学生以下のみでの参加不可)

定員 各10組程度(1組4人まで) 費用 無料

申し込み ①、②いずれも、同センターホームページの専用フォームまたは、はがき、ファクシミリ(参加者の氏名・年齢・郵便番号・住所・電話番号・FAX番号・希望の部(午前または午後)を記入)で、7月17日(必着)までに同センターへ。参加決定者のみ7月20日までに電話連絡。応募多数時抽選



申し込みはこちらから

お問い合わせ あかし動物センター(〒674-0051 大久保町大窪 2747-1) TEL 918-5797 FAX 918-5798

## 夏の理工チャレンジ2024

### リコチャレ

内閣府・文部科学省・経団連共催

リコチャレは、女子中高生が理工系分野に興味・関心を持ち、将来の自分をイメージして進路選択することを応援しています。

パンパースの生産工場での理系の仕事を体験しよう

みんなで一緒にリコチャレ!



日時 7月31日(水)、8月1日(木)  
いずれも午後1時~4時(両日とも同内容)

場所 P&G 明石工場(二見町南二見6) pgakashi.im@pg.com

対象 市内在住・在学の中学生 定員 各日20人 費用 無料

申し込み 市ホームページで詳細を確認し、7月14日まで専用フォームで受け付け中。応募多数時抽選



申し込みはこちらから

事業についてのお問い合わせ/インクルーシブ推進課 (TEL 918-6037 FAX 918-5617)

## わが家アイドル

はたらくるまが大好きな悠理くん☆ニコニコ笑顔が可愛いです♡



大久保町 芝地 悠理ちゃん(1歳11か月)

好きなもの♡からあげ。苦手なもの×パナ。夏楓くんの笑顔が大好き♡



西明石北町 下川 夏楓ちゃん(1歳11か月)

13歳差で生まれた可愛い4姉妹の末っ子さん!いつも癒しをありがとう♡



藤江 池内 奏ちゃん(1歳11か月)

電車と踏切大好き☆たくさんの幸せをありがとう☆元気に大きくなってね☆



大久保町 江井島 牧野 碧ちゃん(1歳11か月)