



# 情報アラカルト

## 第4回 明石海浜公園 グラウンド・ゴルフ大会

時 10月29日午前10時～  
場 明石海浜公園 子ども広場  
内 1コース8ホールを3ラウンド行  
い順位を決定(全員に参加賞、上  
位には賞品あり)  
対 18歳以上 定 40人  
費 500円(当日支払い)  
申 10月15日までに窓口または電  
話で同公園屋内競技場事務所(TEL  
943-0873 FAX 942-8650)へ。  
先着

## 水中リズム運動

時 11月7日午後3時～4時  
場 総合福祉センター 温水プール  
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  
申 10月7日午前9時から窓口また  
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(TEL 918-5660 FAX 918-  
5661 ①soufuku@akashi-  
shakyo.or.jp)へ。先着

## 明石シニアフットサル大会

主 明石サッカー協会  
(TEL 080-5765-8760・溝口)  
時 11月2日午前9時30分～午後3  
時(小雨決行)  
場 大蔵海岸多目的広場  
対 ①・②の条件を満たすチーム  
①市内在住者または在勤者が1人  
以上 ②男子40歳以上、女子30  
歳以上で50歳以上の男子または  
女子が常に1人以上出場  
定 15チーム  
費 1チーム1万5000円  
申 10月2日～10日にメール(代  
表者名・住所・電話番号・チーム  
名・チーム構成(在任・在勤)を  
記入)で同協会(①apply\_senior@  
akashi-fa.com)へ。抽選 詳しくは  
こちらから

## はじめてのおとなのSUP & SUPヨガ体験

時 10月16日午前  
10時～正午  
対 市内在住の18歳  
以上 定 5人  
費 1人3500円  
申 10月13日まで少年自然の家  
(TEL 947-6181 FAX 948-5046)  
で電話受け付け。先着

## 園芸

### 花と緑の学習園 (上ヶ池公園内)の催し

場・園 同学習園  
(TEL 924-6111 FAX 924-6121)  
▶ 園芸講習会「清水いちごの育て  
方(苗4株付き)」  
時 10月19日午後1時30分～3時  
30分  
定 36人 費 1000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26日・27日に開催する同展  
の作品を募集します。  
内 寄せ植えの部・鉢の部の2部門  
申 詳しくは10月12日までに同学  
習園にお問い合わせ

### 花と緑のまちづくりセンター (明石公園内)の催し

場・園 同センター  
(TEL 918-2405 FAX 919-5186)  
▶ 古典園芸～おもとの植え替え～  
時 10月19日午後1時30分～3時  
30分  
費 1100円(おもと付き)  
▶ 庭木の手入れ②  
時 10月25日午後1時30分～3時  
30分  
費 100円  
▶ 薬になる木・草を学ぶ(秋)  
時 10月27日午後2時～4時  
費 600円  
いずれも 定 20人  
申 10月1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

### 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」

主 (公財) 県園芸・公園協会  
時 10月12日午後1時～4時  
場 明石公園 花と緑のまちづくりセ  
ンター研修室  
内 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 20人  
費 3000円(材料費・保険料含む)  
申 10月1日午前9時から下記の専  
用フォームで受け付け。詳しくは  
こちらから  
先着  
場 明石公園サービスセ  
ンター(TEL 912-7600 申し込みは  
こちらから  
FAX 913-6620)



## 第44回 入場無料 ひょうご矯正展

日時 10月12日(土)  
午前10時～午後4時  
10月13日(日)  
午前9時30分～午後3時

1日所長 10/12 土  
午前  
&トークショー  
ほうらい だいすけ  
蓬萊 大介さん  
読売テレビ気象キャスター

### 場所 神戸刑務所

- ・刑務所作業製品 展示即売会
- ・施設見学(塀の中をご案内)
- ・刑務作業実演、体験
- ・矯正広報コーナー
- ・性格検査コーナー

10/13 日  
午後  
シゴセンジャー  
明石天文科学館  
天体クイズなど

・ステージイベント  
・記念撮影パネル

パトカー、消防車、  
自衛隊車両  
の展示もあるよ!

- ・キッチンカーなど  
飲食コーナー
- ・野菜など特産品販売

お問い合わせ/神戸刑務所  
(大久保町森田120 TEL 936-0914 FAX 936-0993)

## あかし 防犯情報

お問い合わせ/総合安全対策室(TEL 918-5069 FAX 918-5140)  
明石警察署(TEL 922-0110)

### クレジットカードの不正利用に 注意

自分のクレジットカードを他人に使われ  
てしまう被害が急増しています。



- 対策 1 使わないクレジットカードは解約する。
- 対策 2 クレジットカード情報を信用できる URL や  
サイト以外では入力しない。 メールアドレスを確認!
- 対策 3 利用明細をチェックし、身に覚えのない利用履歴があれば  
カード会社に問い合わせる

だいすきなねえ  
ねとなかよくたの  
しいまいにち♪  
げんきにおおきく  
なっぺ



大久保町大窪  
木村 孔志朗ちゃん(1歳10か月)

大好きなマーくん  
をいつも見守っ  
ています。元気に  
大きく育ってね。



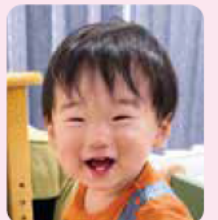
大蔵町  
小川 将生ちゃん(1歳10か月)

いつも笑顔で周  
りのみんなを明  
るくしてくれる我  
が家のムードメー  
カー☆



相生町  
佐伯 綾菜ちゃん(1歳10か月)

バナナが大好き  
な棚くん☆  
いつもニコニコ  
笑顔で癒しをあ  
りがとう♡



魚住町西岡  
児玉 柳 ちゃん(1歳9か月)

## わが家のアイドル