

ふれあいの里大久保の催し

①しめ縄づくり



時 11月27日午後1時30分～3時  
内 和紙と水引でしめ縄を作る  
対 市内在住の60歳以上  
定 15人

費 1500円(材料費)

②オレンジサポーター養成講座

時 11月29日午後1時30分～3時  
内 認知症を正しく理解し、地域で見守る人を養成する  
対 市内在住の人  
定 15人

いずれも 申 10月20日から、窓口または電話、ファクシミリ(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で同施設(大久保町大窪3423 TEL・FAX 936-5048)へ。(先着)

サンライフ手芸サロン 特別版  
チョークアート教室

主・場 サンライフ明石  
時 11月23日午前10時～11時30分  
内 チョークアートでお正月飾りを描こう  
対 小学生以上(大人も可)  
定 10人  
費 1500円(材料費込み)  
申 同施設 (TEL 923-0770 FAX 922-5336) 窓口または電話で受け付け中。(先着)

第6回 明石美術協会  
文化講演会

主 明石美術協会  
時 10月27日午後2時～3時  
場 ウィズあかし(アスパシア明石北館7階)  
内 日本人の平均寿命の変遷とその背景について  
講師 / 岡田芳男さん(元神戸学院大学学長、同大学名誉教授)  
定 60人  
申 10月21日(必着)までにはがき(住所・氏名・電話番号を記入)で同協会(〒655-0045 神戸市垂水区北舞子1-1-32 TEL 070-2326-8277・山下淳代)へ。(先着)

就労支援セミナー  
「科学的なモチベーションアップ術」

時 11月22日午後2時～4時  
場 勤労福祉会館  
内 やる気が続かない、低下してきた気がするなど、根性に頼らず科学的にモチベーションアップする方法を学ぶ  
対 15～49歳の働きたい人  
定 15人  
申 電話またはファクシミリ(氏名・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 FAX 915-0678)へ。(先着)

ウィズあかしからのお知らせ

場・園 ウィズあかし(アスパシア明石北館7階 TEL 918-5603 FAX 918-5618 〆 oubo@withakashi.jp)

①本をとおして  
自分と向き合う時間

時 11月14日午前10時～11時30分  
内 好きな本を持ち寄って、気軽に読み物について語り合う  
対 どなたでも  
定 8人程度  
申 不要、直接会場へ



②女性のためのおしゃべり会  
「ミモザの会」

時 11月16日午後2時～4時  
内 テーマ「あなたにとってのヒーロー、ヒロインは誰ですか」  
対 女性  
定 6人程度

③コラージュで楽しむ自己表現

時 12月7日午後1時30分～4時  
対 18歳以上  
定 8人程度  
費 500円  
②③いずれも 申 ②11月12日午後5時まで、③10月16日午前9時から窓口または電話、ファクシミリ、メール(氏名・年代・電話番号を記入)で同施設へ。(先着) ※①②は1歳半～就学前の子どもの一時的保育あり(要予約・保険料1人100円・先着5人)。詳しくはお問い合わせを

ボランティア養成講座  
「はじめての手話講座」

時 11月30日、12月7日・14日・21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  
内 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 20人  
申 11月22日までに電話で市社会福祉協議会地域支援課(TEL 924-9105 FAX 924-9109)へ。(先着)



二見西・二見合同 防災フェア

時 10月27日午前9時30分～午後0時30分  
場 二見西小学校  
内 午前9時40分～=チャリーディング公演、午前10時～=講演会「みんなで助かろう!今できることは!?」、午前11時～=ワークショップ(救命体験・避難所スペース体験・健康チェック・消防車見学など)  
申 不要、直接会場へ  
園 二見西まちづくり協議会事務局(TEL 771-6922 FAX 764-5078)

スポーツ&アウトドア

森のようちえん たこたこくらぶ  
～シャボン玉で遊ぼう!～



主・場・園 少年自然の家(TEL 947-6181 FAX 948-5046)

時 12月7日午前10時～午後3時  
対 市内在住の年中・年長 定 20人  
費 1500円  
申 11月21日午後1時まで同施設ホームページで受け付け中。(抽選)

中央体育会館  
10～12月スポーツ開放

当日集まったメンバーで、自由に練習やゲームを楽しみませんか。

種目	日時
バレーボール	毎週水曜日 午前の部 9:30～11:30 夜の部 18:30～20:30 (12/25は午前の部のみ)
バドミントン	毎週木曜日 午前の部 9:30～11:30 夜の部 18:30～20:30 (12/26は夜の部のみ) ※ラケットとシャトル持参
卓球	毎週金曜日 9:30～11:30 (10/18、11/15・22・29、12/27は休み) ※ラケットとピン球持参
コアトレ	毎週金曜日 10:00～11:00 (11/1・29は休み) ラジオ体操+サーキットトレーニングなど
バスケットボール	毎週金曜日 19:00～20:30 (11/29、12/27は休み) ※ゴールは一般の高さ

費 1人1回300円  
持ち物 / 室内シューズ・運動のできる服装  
申 不要、直接会場へ  
場・園 同会館(TEL 936-6621 FAX 936-6624)

明石海浜公園・魚住北公園  
10～12月スポーツ開放

主 魚住北公園(TEL・FAX 947-4050)  
①グラウンド・ゴルフ  
時 第2・4月曜日午前10時～午後3時  
対 どなたでも ※10月14日は除く  
主 明石海浜公園(TEL 943-0873 FAX 942-8650)  
②グラウンド・ゴルフ  
時 火曜日午前10時～午後3時  
対 どなたでも ※10月29日は除く  
③テニス  
時 水曜日午前10時～正午  
対 中学生以上  
費 1回300円  
④バスケットボール  
時 木曜日午後6時30分～8時30分  
対 中学生以上  
費 1回300円  
⑤バレーボール  
時 金曜日午前9時30分～11時30分  
対 どなたでも  
費 1回300円  
いずれも 申 各会場で当日受け付け



親子健康マラソン大会

時 11月3日午前8時～午後0時30分(小雨決行)  
場 明石海浜公園内2000m、3000m、6000mの各コース  
対 どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴)  
申 当日午前8時～8時50分に海浜プール前で受け付け  
園 明石海浜公園屋内競技場事務所(TEL 943-0873 FAX 942-8650)



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)  
①秋の山野草展  
時 10月26日・27日 いずれも午前9時～午後4時  
内 愛好家が育てた山野草約200鉢を席飾り、寄せ植え、鉢の3部門に分けて展示  
②園芸講習会  
主 果樹の育て方  
時 11月16日午後1時30分～3時30分  
定 36人  
費 100円  
主 フレッシュリーフを使ったクリスマスリース  
時 11月23日午後1時30分～3時30分  
定 20人  
費 3000円  
いずれも 申 10月18日午前9時から同学習園で電話受け付け。(先着)



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)  
①明石おもと展  
時 10月19日・20日 いずれも午前10時～午後4時  
内 愛好家が育てたおもと約100鉢を展示。おもと、山野草の販売もあり  
②明石公園秋の自然探検  
～どんぐりと葉っぱの不思議～  
時 11月10日午前10時～正午  
定 20人  
費 100円  
③KIDS冬の花壇教室  
時 11月16日午後1時30分～3時30分 ※雨天時は11月17日に順延  
定 20人  
費 100円  
②③いずれも 申 10月15日午前9時～21日午後5時に同センターホームページの申込フォームで受け付け。(抽選)



詳しくはこちらから