

ふれあいプラザあかし西の催し

場・甲・岡ふれあいプラザあかし西 (TEL 945-0294 FAX 945-0295) 窓口または電話で受け付け中。①は6月20日午前9時から受け付け。(先着)

①さざなみコンサート
時7月16日午前11時～(約1時間)
内容「ブルメリアフラサークル」によるフラダンス
定70人

②ふれあいカルチャー教室
▶ニュースポーツ
時7月2日午後2時～3時

▶音楽療法
時7月9日午後2時～3時
内容音楽の力で元気になろう
いずれも
対障害者手帳をお持ちの人
定15人(付き添い可)

③ボランティア体験教室「文字で伝えよう!要約筆記ってなあに?」
時7月27日午後2時～3時
内容要約筆記体験
定15人



いきいき!元気アップ教室

時7月12日・26日、8月9日・23日
いずれも水曜日 午後2時～3時30分

場中之番会館(大久保町大窪1250)
内容健康寿命を延ばす体操や関節痛との付き合い方・口の健康づくりなどの講話ほか

対おおむね65歳以上
定20人

甲電話またはファクシミリ、メール(住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを記入)で地域共生社会室地域総合支援担当(TEL 918-5289 FAX 918-5049 ①kaigoyobou@city.akashi.lg.jp)へ。(先着)

健康明石21市民公開講座
ホームページで講座動画公開中

内容考えていますか「もしもの時のこと」

講師/看護師
岡市民病院経営企画担当 (TEL 912-2323 FAX 914-8374) 詳しくはこちらから



中堅社員セミナー「部下の力を引き出すマネジメントのコツ」

甲・岡産業振興財団(TEL 918-0331 FAX 918-0332)

時7月14日午後2時～4時
場ウィズあかし(アスピア明石北館8階)

内容職場のみんなが働きやすい組織づくりのポイントを考える
講師/山本伸子さん(ひょうご仕事と生活センター外部専門家)

定20人
甲7月10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。(先着) 詳しくはこちらから



家族セミナー「子を理解し一歩を踏み出すための親の関わり方」

甲あかし若者サポートステーション
時7月8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(アスピア明石北館8階)

内容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
定10人

甲電話または同施設(TEL 915-0677 FAX 915-0678)ホームページの専用フォームから申し込み。詳しくはこちらから



文化博物館
記念講演会「安野光雅の世界」

時7月22日午前10時30分～正午
内容安野光雅さんと35年以上とも

「ふしぎなおり」はじめての仕事をしてきた大矢納音さん(津和野町立安野光雅美術館館長)が思い出や作品の魅力を紹介

定80人
甲7月12日(必着)までに右記の申込フォームまたは往復はがき、ファクシミリ(代表者の郵便番号・住所・電話番号、参加人数(4人まで)、参加者全員の氏名(子どもは学年)を記入)で、同館夏季特別展イベント係(〒673-0846 上ノ丸2-13-1 TEL 918-5400 FAX 918-5409)へ。(抽選)



ウィズあかしの催し

甲・岡・岡ウィズあかし(アスピア明石北館7・8階 TEL 918-5603 FAX 918-5618 ①oubo@withakashi.jp)

▶チャレンジ屋台 夏のまなび発見市
時7月17日午後1時30分～3時

内容①明石初!古着チャリティでゴミ減&こども支援 ②人と人が繋がるコミュニケーション ③身近なSDGs ネイチャークラフト ④未来を担うユース世代の活動

対どなたでも
甲不要、直接会場へ ※YouTube「ウィズあかしちゃんねる」でライブ配信あり

▶あかし楽講座「親子で読み解く竹取物語～どうする!?かぐや姫からの難題～」

時7月30日、8月6日・12日 いずれも午前10時～11時30分(全3回)

対小学4～6年生と保護者
定24人
費1500円(全3回分)

甲7月9日まで下記の申込フォームまたは窓口、電話、ファクシミリ、メール(住所・氏名・電話番号を記入)で同施設へ。(抽選) ※7月30日のみオンライン配信あり・500円 詳しくはこちらから



2023 SDGs × 神戸商業高校ワークショップ

甲・岡勤労福祉会館
時7月22日午前10時～午後3時
内容プログラミング体験、ボーリングなどのゲーム、マジパン作りなどの手作りワークショップを通して、SDGsを体験

対どなたでも
費無料～50円(1回)

甲窓口または電話で同会場(TEL 918-5422 FAX 918-5423 火曜日休館)へ



伝統文化体験
三味線・お箏教室

甲明石和楽器を伝承する会
時7月2日・9日・15日・16日・22日・23日(全6回、単回受講可)

内容箏=午後1時30分～2時30分
三味線=午後2時30分～3時30分

場三社神社(西明石駅北側)
対小学生以上(大人も可)
定各15人

費1回600円
※琴爪、指すり持参(購入可)

甲はがきに氏名・ふりがな・住所・電話番号・年齢・参加希望日時・希望楽器(三味線または箏)・子どもは学校名と学年を記入し、同会(〒673-0003 鳥羽1502-3 吉川晴美 TEL 927-5707・菊野)へ。(先着)

応援しよう
個性輝く子どもたち

時7月9日午前10時～正午
場大久保市民センター

内容育てにくい子を支援するためのスキルアップ講習会「違ったままでいしょに生きよう」

対小学生の親・祖父母、子育て支援に関わる人
定50人
費1家族500円

甲電話または、メールで地域学習支援団体 希望塾(TEL 090-9983-3930 ①myktasaka@gmail.com・田坂)へ。(先着)

※ランチ交流会などの別日程も。詳しくはお問い合わせを

スポーツ&アウトドア

キッチンハーブの寄せ植え

時7月22日午前10時～正午
場石ヶ谷公園 石ヶ谷ハーブガーデン ※雨天の場合は会議室

内容バジル、オレガノなどのキッチンハーブを使った寄せ植え。ハーブティーの試飲付き

持ち物/わりばし、軍手、筆記用具、持ち帰り用の袋
定15人
費1000円(保険料込み)

甲6月30日までに、窓口または電話で中央体育会館(TEL 936-6621 FAX 936-6624)へ。(先着)



中央体育会館
7～9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
①大人のバレーボール(18歳以上の男女)	第2・4月曜日 19:00～20:45 (7/24は休み)
②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 (7/26は休み、8/23は夜の部のみ)
③バドミントン(ラケットとシャトル持参)	毎週木曜日 午前の部9:30～11:30 夜の部18:30～20:30 (7/27、8/17は休み、9/7は夜の部のみ)
④卓球(ラケットとピン球持参)	毎週金曜日 9:30～11:30 (8/11・18、9/8は休み)
⑤バスケットボール	毎週金曜日 19:00～20:30 (8/11・18は休み) ※ゴールは一般の高さ
⑥コアトレ(ラジオ体操+サーキットトレーニングなど)	毎週金曜日 10:00～11:00 (8/11は休み)

場①～⑤=中央体育会館第1競技場
⑥=同会館2階会議室

費1人1回300円
持ち物/室内シューズ・運動のできる服装

甲不要、直接会場へ

岡同会館(TEL 936-6621 FAX 936-6624)



園芸

花と緑の学習園(上ヶ池公園内)
園芸講習会「観葉植物を使った寄せ植え」

時7月15日午後1時30分～3時30分

定20人
費2500円

場・甲6月18日午前9時から同学習園(TEL 924-6111 FAX 924-6121)で電話受け付け。(先着)

菊花栽培教室「福助菊」

時7月23日、8月20日、9月24日
いずれも午後1時～2時30分(全3回)

定20人
費2300円(材料費・テキスト代含む全3回分)

場・甲6月18日午前9時から花と緑の学習園(上ヶ池公園内 TEL 924-6111 FAX 924-6121)で電話受け付け。(先着)

