



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
8月	6	7	8	9	10	11
	12	13	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
9月	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30		

お知らせ

土曜日市税納付相談

時8月19日午前9時～正午
対市税を納期限内などに納付することが困難な人(課税内容や申告を除く)
場・岡 納税課(市役所西庁舎2階)
TEL918-5016 FAX918-5132)

国民健康保険料 休日納付相談

時8月19日午前9時30分～午後4時30分
対国民健康保険証の更新や保険料の納付相談が必要な人
場・岡 国民健康保険課収納係(市役所本庁舎2階)
TEL918-5023 FAX918-5105)

個人事業税を納めましょう

個人事業税(個人で事業を行う人にかかる税)の第1期分の納期限は8月31日です。最寄りの金融機関やコンビニエンスストアで納めましょう。納税には口座振替、Pay-easy対応金融機関のインターネットバンキングやATMのほか、ペイペイなどのスマートフォン決済アプリも利用できます。岡東播磨県民局加古川県税事務所(Tel)079-421-9902 (Fax)079-421-4732)

農地パトロール

遊休農地や違反転用の発生を防ぎ、農地の有効利用を図るため、8月上旬から9月上旬にかけて、市内の農地を巡回し利用状況を調査します。調査の際には、農業委員などが農地に立ち入ることもあります。ご理解とご協力をお願いします。岡農業委員会事務局(Tel)918-5063 (Fax)918-5261)

第19回 ピースフェスタ明石

主・岡ピースフェスタ明石実行委員会(Tel・Fax)912-2797
場①=ウィズあかし(アスパア明石北館7・8階)、②③④=勤労福祉会館
申不要、直接会場へ
①ウォールギャラリー展「原爆と人間展」ほか
時8月6日まで 午前9時～午後9時(31日は休館、6日は午後5時まで)

②ギャラリー展「^{たじまゆきひこ}田島征彦の世界～絵本なきむしせいとく原画展～」ほか
時8月2日～6日午前10時～午後4時
③戦争体験談の集い
時8月5日午前10時～11時30分
④たじまゆきひこ講演会「～平和・いのち・子ども～絵本で何ができるか」
時8月6日午後1時～
費前売り1000円、当日1200円
※障害者・学生は半額、高校生以下無料

募集

第2回 兵庫県警察官

受付期間/8月18日まで(インターネットのみ)
一次試験/9月17日=一般区分A・B、特別区分A・B(サイバー捜査、武道) ※詳しくは、ホームページで確認を
岡県警察官採用センター(Tel)0120-145-314 (Fax)371-4515)、明石警察署警務課(Tel)922-0110 (Fax)924-0110)

教室・講座

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

主あかし健康ソムリエ会
▶SP21人丸
時8月16日午前10時～11時30分
場人丸小コミセン
▶SP21大久保
時8月23日午前10時～11時30分
場大久保市民センター3階
▶SP21林
時8月23日午前10時～11時30分
場林会館(林コミセン)
▶SP21二見
時8月23日午前10時～11時30分
場二見北小コミセン
いずれも 因健康チェック、明石焼体操、各種健康体操など
対どなたでも
持ち物/上靴(大久保は不要)、飲み物
申不要、直接会場へ(人数制限あり)
※公共交通機関で来場を
岡健康推進課(Tel)918-5657 (Fax)918-5440)

ふれあいプラザあかし西の催し

場・申・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8月5日午前9時から受け付け。(先着)

①ボランティア体験教室「広げよう健康づくりの輪!!～見つけよう!続けよう!健康づくりのMYルーティン～」
時9月7日午後2時～3時
因健康ソムリエ体験
定15人
②すくすく計測～大きくなったかな?～
時9月14日午前10時～11時45分
因身長・体重測定、育児のよろづ相談
対未就学児と保護者
③男性料理教室「簡単料理にチャレンジしましょう」～旬の野菜を使った料理～
時9月15日午前10時～午後0時30分
因調理実習、講話
対18歳以上の男性 定10人
費800円程度(材料費)
④ヘルシープラス
時9月28日午後2時～3時
因楽しくフラダンス
対30歳以上 定30人



市民救命士講習

主・場・岡防災センター(Tel)918-5910 (Fax)918-5911)
▶講習I(成人)
時9月10日午前9時30分～午後0時30分
因心肺蘇生法、AEDの実技など
定16人
▶講習II(子ども)
時9月17日午前9時30分～午後0時30分
因小児、乳児、新生児の心肺蘇生法、AEDの実技など
定12人
いずれも 因市内在住・在勤・在学の中・小学生以上
申8月1日午前9時から同センターホームページの申込フォームで先着順に受け付け
※講習修了者には修了証を交付



パーキンソン病友の会講演会 嚥下障害と口腔ケアについて

時9月8日午後2時～3時30分(午後1時30分～受け付け)
場市医師会館
対パーキンソン病の人とその家族
定100人
申申込用紙(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、ファクシミリかメールで8月23日まで全国パーキンソン病友の会兵庫県支部(Tel)334-3688 (Fax)322-1876 (E-mail)jpdahyogo@hm.h555.net)で受け付け中。(先着) 詳しくはこちらから

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

親子のための保護者サポート事業 「イライラしない子育て講座」

時①9月1日 ②9月29日 いずれも午前10時～11時30分(全2回)
場あかしこども広場(パピオスあかし5階)
因①子どもの問題行動に上手く介入するコツ ②子どもにキレそうになったときの対処法
対3歳程度以上の子どもを子育て中の人 定20人
申8月25日まで子育て応援ほほえみ隊(Tel・Fax)947-8884)で電話受け付け。(先着) ※託児あり(要予約)

相続と遺言のお話&個別相談会

時8月19日 講演会=午前10時～11時30分、個別相談会=午前11時30分～午後1時
場明石商工会議所
因相続の基礎知識、相続登記の申請と義務化、自筆証書遺言書保管制度についての講演と個別相談会
定150人
申電話または、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8月10日まで同会議所(Tel)911-1331 (Fax)911-6738)で受け付け中。(先着)

骨盤調整体験会 骨盤から背骨のゆがみの姿勢チェック

時8月27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)
対身体のゆがみなどが気になる人で初めて参加する人 定11人
場・申8月3日午前9時から勤労福祉会館(Tel)918-5422 (Fax)918-5423 ※火曜日休館)窓口または電話で受け付け。(先着)

健康明石21市民公開講座

時8月24日午後2時～3時(午後1時30分～受け付け)
場市民病院2階講義室
因膵がん診療の最前線
講師/久津見弘院長
定70人
申不要、直接会場へ
岡市民病院経営企画担当(Tel)912-2323 (Fax)914-8374)