

献血にご協力を

▶イオン明石ショッピングセンター
▶明石運転免許更新センター

令和6年度
ふるさとの歴史講座 明石校

現代生活の源流をテーマに身近な歴史や文化を学びませんか。

日程と内容

Table with 2 columns: 日程, 内容. Includes dates like 4/16, 5/21, 6/18, 7/30, 9/3, 10/1, 1/21, 2/4.

いずれも火曜日午後2時~3時30分
場 ウィズあかし(アスパア明石北館7階)

講師/小栗栖健治さん(播磨学研究所所長)
定60人
費1万4400円(年間) ※同協会友の会会員は1万400円

中小企業・小規模事業者のための補助金セミナー

市産業振興財団(TEL 918-0331 FAX 918-0332)
時4月9日午後2時~4時
場明石商工会議所

事業再構築補助金の活用と注意点、経営改善への取り組みなど

定20人
講師/江尻幸雄さん(中小企業診断士)

時4月2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。

ウィズあかしからのお知らせ

市産業振興財団(TEL 918-0331 FAX 918-0332)
時4月9日午後2時~4時

今日の終わりにちょこっと夜学

休日前の夜にちょこっとお菓子をつまみながら気軽に学びませんか。

時・日4月12日=①大人女性を美しくする「手作り石けんの世界」、②見えた世界から見えな

4月19日=①紙芝居は万能コミュニケーションツール!、②あなたの人生になりたい自分に

いずれも午後7時~8時
対どなたでも 定各日10人
費100円(お菓子代)

窓、電話、ファクシミリ、メール(参加希望日・氏名・電話番号またはメールアドレスを記入)で受け付け中。

※手話通訳・要約筆記あり。希望者は4月1日までに申し込み。YouTube「ウィズあかしちゃんねる」でライブ無料配信あり

Like Cafe ~つむぎ~ カフェのような雰囲気、自分の「好き」を共有しませんか。

毎月第2土曜日午後3時~5時・第3金曜日午後6時~8時
費100円 (ドリンク・おやつ代)
詳しくはこちら

自助グループ立ち上げ支援
4月1日から男女共同参画をテーマにした自助グループの立ち上げ支援を始めます。

支援内容/ミーティング 場所の提供や広報の支援など ※詳しくは電話・メールでお問い合わせ

ダンスで被災地支援!
チャリティーダンスレッスン

市・区 ダンスボランティア SANCCTUARY (市子育て支援グループ)
時3月20日午後1時30分~2時30分

場あかし子ども広場(パピオスあかし5階)
対初心者向けダンス(ソンビダンス)、リズム遊び、ゲームなど

対高校生以下の子どもと家族
定30人程度
費1家族1000円(能登半島地震災害義援金とします)

同団体ホームページの専用フォームで受け付け中。

スポーツ&アウトドア

明石海浜公園
第1期 健康運動教室

骨盤の動きや体幹を意識した運動で、姿勢改善を目指します。

時4月8日・22日、5月13日・27日、6月10日・24日
いずれも午前10時~11時(全6回)

対18歳以上
定20人
費3000円(全6回分)

場・時4月5日まで同公園屋内競技場(TEL 943-0873 FAX 942-8650)
窓口または電話で受け付け。

中央体育会館
4~6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。

Table with 2 columns: 種目, 日時. Includes items like バレーボール, バドミントン, 卓球, コアトレ.

費1人1回300円

持ち物/室内シューズ・運動できる服装
対不要、直接会場へ

場・時同会館(TEL 936-6621 FAX 936-6624)

こども水泳教室

時4月20日、5月18日、6月1日・29日、7月6日・20日
いずれも午後2時~3時
場総合福祉センター

対市内に住む障害者手帳・療育手帳を持つ幼児・小学生で期間中を通して参加できる人。 ※身長140cm以下または1人で入水できない子どもは必ず保護者も入水。

定15人(家族・介助者を含む)
時3月21日~29日午前9時~午後5時30分に同センター(TEL 918-5660 FAX 918-5661)

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・障害の程度・家族の入水の有無を記入)で受け付け。

ローンボウルズを体験してみませんか

市・区 ローンボウルズクラブALBC(TEL・FAX 913-0688)

時毎月第1土曜日 午前の部=午前10時~正午、午後の部=午後1時~3時

場明石公園内ローンボウルズ場
対不要、直接会場へ

※上記の日程以外でも受け付け中。詳しくはお問い合わせ

新聞を取っていない人は

ポストインサービス
新聞をとっていない世帯には無料のポストインサービスを行っています。

申し込みフォーム(右記のQRコード)か、広報課へお電話を。

場 広報課 (TEL 918-5001 FAX 918-5101)

園芸

菊花栽培教室「懸崖菊・梵天菊」

時・日①4月13日午後1時~2時30分=植え替えと育て方 ②5月18日午後2時30分~4時=剪定・手入れ

③7月13日午後3時~4時30分=懸崖菊:夏場の管理 梵天菊:定植後の手入れ ④8月3日午後3時~4時30分=懸崖菊:夏場の管理 梵天菊:定植後の手入れ

場市菊花栽培場(明石公園内)
定20人

費2400円(全4回分、菊苗6本・駄温鉢5号1鉢・プラスチック5号2鉢・用土・テキスト代込み)

時3月20日午前9時から花と緑の学習園(TEL 924-6111 FAX 924-6121)で電話受け付け。

花と緑のまちづくりセンター(明石公園内)の催し

場・時同センター(TEL 918-2405 FAX 919-5186)

明石公園の自然観察①
時4月14日午前10時~正午
費100円

フラワーアレンジ教室

時4月21日午後1時30分~3時30分
費3000円

いずれも小学生以上

定20人
時3月15日午前9時から

ホームページの申込フォームで受け付け。

新型コロナワクチン接種のお知らせ

接種期間は3月31日までです
対象者・接種可能場所・予約方法などは市ホームページをご確認ください。

12歳以上の初回接種(1・2回目)

日時/2回目=3月30日午前9時~ ※今年度に予定されている初回接種は、上記の接種が最後となります

場所/市民病院
予約/0120-712-160 (毎日/午前9時~午後5時)

市ワクチン専用ダイヤル(3月31日まで)

毎日/午前9時~午後5時
TEL 0120-712-160
FAX 0120-655-695

※予約は医療機関の直接予約のみ(上記専用ダイヤルでは予約できません)

新型コロナワクチン接種は4月から定期接種に変わります

詳細は市ホームページから確認を。