



明石市役所

〒673-8686

兵庫県明石市中崎1丁目5番1号

TEL912-1111

市政へのご意見・ご要望は…



〔市民相談室〕TEL918-5050 FAX918-5102

受付時間／8:55～17:40

(土曜、日曜、休日と年末年始を除く)

休日・夜間の救急医療は…



〔消防局〕TEL921-0119 FAX927-0119

〔夜間休日応急診療所〕TEL937-8499

〔あかしユニバーサル歯科診療所(休日)〕

TEL918-5664

市内2か所目の／

こども第三の居場所がオープン

あかしフリースペース
ここのば

広々とした空間で、
遊びや勉強をやってみよう



多目的室

ランチルーム

卓球台

「こども第三の居場所」は、子ども・若者が安心して過ごせる場所です。学校になじめないなど、さまざまな悩みを抱える子どもたち(6～18歳)が集い、遊びや学習などの体験を通じて生きる力を育むことができる居場所「あかしフリースペースここのば」ができました。フリーコーナーは子ども・若者が誰でも自由に使えます。

お問い合わせ／こども財団 (TEL 920-9670 FAX 920-9671)

子どもたちみんなが使えるよ



みんなが
使える

フリーコーナー

4月から
みんなが
使える

学習室



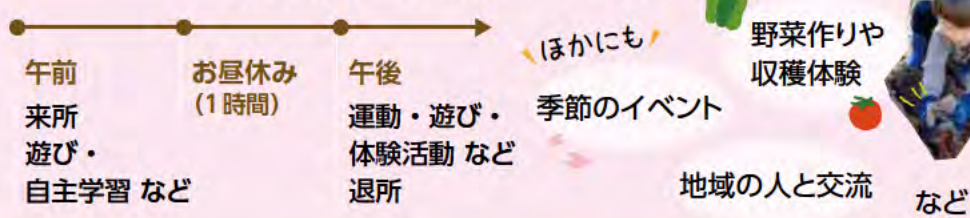
4月から
みんなが
使える

音楽室



ここのばには
「子どもの個々(こご)の心をめばし、
一人ひとりを光り輝かせる」という
思いが込められています。

一日の流れ 子どもたちと相談しながら、
その日の活動内容を決めていきます。



音楽室と学習室は、
小中学生、高校生
みんなが使えるように準備中!

こども第三の居場所の利用には登録が必要です

各施設へお問い合わせください



あかしフリースペース ここのば

TEL 070-1550-6737

場所／魚住町西岡 500-2

JAトータルサポートセンター3階

開所時間／平日午前9時～午後5時



東部にも あかしフリースペース☆
あります トロッコ

TEL 913-8003 場所／天文町1-4-12

開所時間／平日午前9時～午後5時

135@akashi-torocco.com



2面3面 明石商業高校福祉科 自分らしく楽しく全力で学んでいます!
4面5面 税の申告を受け付け ほか 6面7面 天文科学館だより ほか
8面9面 情報アラカルト 10面 保健メモほか 11面 市民相談
12面 フレイル予防に取り組もう ほか

広報あかしは、新聞折り込み・ポスティング(戸別配付)でお届け
しています。ポスティングのお申し込みは、広報課(12面下)へ。
マチイロアプリからもご覧いただけます。



申し込みは
こちらから

もうすぐ1年

自分らしく楽しく

明石商業高校福祉科

明石商業高校福祉科は4月で開設から1年を迎えます。学校で、地域のボランティアで、介護実習で、いきいきと学ぶ1期生に密着しました。
お問い合わせ／明石商業高校事務局 (TEL 918-5950 FAX 918-5951)

どんなことを
学んでいるの？



福祉科とは

高齢者や障害者などサポートが必要な人を支えるため、福祉に関する専門科目を学びます。さらに、高校3年間で、国家資格である介護福祉士の受験資格を取得することができます。試験に合格すれば、卒業時に介護福祉士の資格を取得できます。

介護福祉士とは

介護が必要な人の生活を支えるために必要な、さまざまな知識と技術を持った介護の専門資格です。介護職のスペシャリストとして活躍できます。

実技練習で身につける

生徒同士や人形を相手に介助の練習をします。介助される側の気持ちになって声かけをしながら行います。

移動介助



利用者が安心して
移動できるように
くり返し練習します



歯磨きなどの
口腔ケアの大切さを学びます

口腔ケア



排泄介助

利用者が気持ちよくいられるように
丁寧に行います

ボランティア活動で地域と交流

月に数回、高齢者施設や地域のイベントにボランティアで参加しています。手話コーラスや認知症クイズで子どもからお年寄りまでたくさんの人と交流しました。



参加者とクイズで
認知症について学びます

福祉科全員で参加した
手話コーラス



施設の利用者さんが
覚えてくれていて
うれしかったです。

学校でも家でも手話を
練習しました。緊張した
けど、楽しかったです。



明商福祉科 5つのポイント

ポイント
1

高校3年間で介護福祉士の
受験資格を取得できます

高校3年生の1月の国家試験に合格
すれば、**卒業時に介護福祉士に。**



介護福祉士合格のための
国家試験対策も行います

ポイント
2

1学年1クラス きめ細やかな教育を

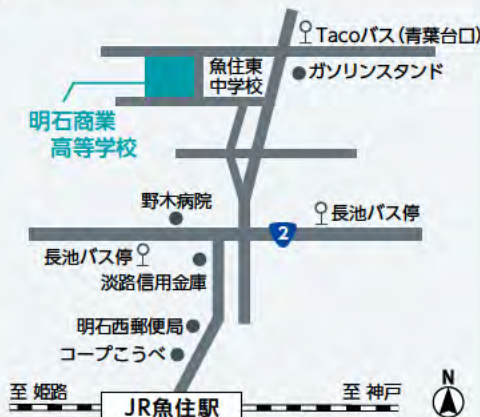
介護や看護の専門資格を持った先生から
最新の福祉の知識や技術を幅広く学びます。

18歳 19歳 20歳 21歳 22歳

中学校卒業	18歳	19歳	20歳	21歳	22歳
① 明商福祉科	国家試験				
② 高校普通科		実務経験3年以上 + 実務者研修		国家試験	
③ 高校普通科		専門学校 短大		国家試験	
④ 高校普通科		福祉系4年制大学			国家試験



明石市立 明石商業高等学校



〈主要駅からのアクセス〉

- JR「魚住駅」から徒歩約20分(約2km)
- Tacoバス「青葉台口」から徒歩約2分

〒674-0072 明石市魚住町長坂寺1250

TEL 078-918-5950 FAX 078-918-5951

学校ホームページは
こちらから



全力で 学んでいます！

地域の介護施設で現場体験

介護実習に行ってきました

実際に利用者や働いているスタッフとコミュニケーションをとりながら、福祉の現場を体験しました。

動画でも
紹介しているよ

高校生が現場体験！

福祉のしごとと最前線

動画公開中

福祉施設で働いている人の声と、生徒たちが体感した現場での戸惑いや仕事の大変さ、楽しさなど「福祉のしごとの魅力」をドキュメンタリー動画で発信しています。



福祉科でお披露目を開催



3本の動画を
市ホームページ
で公開中！



動画は
こちらから

福祉の仕事に就きたい人や進路に悩んでいる人など、みんなに見て、知ってもらいたいです。



みんなで
一緒にすると
一人よりも楽しい
(利用者の声)

利用者さん一人ひとりに合った介助が必要なんだと実感しました。介助の仕方の基礎をこの実習で全部学びたいです。

恵泉第3特別養護老人ホーム



分かってもらう
気持ちや姿勢が
伝わってきます
(先輩スタッフの声)



コミュニケーションのとり方が難しいです。緊張するけれど、先輩スタッフに教わりながら楽しく学んでいます。

特別養護老人ホーム ウェルフェア・グランデ明石



「一緒に話せてうれしかった」と言われて私もうれしくなりました。利用者のための介護福祉士になりたいです。

特別養護老人ホーム 清華苑

介護に関わる
仕事の楽しさを
伝えたいです
(先輩スタッフの声)



※撮影のためマスクを外しています

ポイント
3

最新設備の福祉実習棟で学べる



特殊浴槽が配置された
入浴実習室

医療的ケアの実技練習を
行える介護実習室



ポイント
4

実習着など
入学時に必要なものを支給



ポイント
5

地域と連携し福祉を学ぶ

地域の介護施設などで実習やボランティア活動を行うなど、地域をフィールドに福祉を学びます。

TOPIC

専門性を生かして活躍し、やりがいをもって働きたい

福祉職場で働いてからも市がサポートします

福祉職場で働く職員の専門性を高め、長く働けることができるよう、人材確保や施設の支援に取り組んでいます。

25の福祉関連資格の取得を応援！

市内の福祉施設で働くとき…

研修や国家試験などの受講費用を助成します。

助成額 法人で申請…4分の3
個人で申請…2分の1

介護職員初任者研修は
全額補助 ※上限10万円

利用者への
サービス向上に
つながります



詳しくは
こちらから



対象の研修・試験や申請方法など詳しくは市ホームページで確認を

お問い合わせ／施設人材育成課 (TEL) 918-5262 (FAX) 918-5294

税の申告を受け付け 3/17まで

お問い合わせ／市民税課
(TEL 918-5013 FAX 918-5104)

窓口混雑緩和や感染症拡大防止のため、郵送での申告を推奨します

市・県民税の申告期限は、3月17日です。令和6年度の市・県民税の申告書を提出された人については、令和7年度の申告書を2月3日に発送します。また市ホームページでも申告書の作成ができますので、ご利用ください。



申告書作成は
こちらから

申告は
期限内に！



【市役所相談窓口】

日時／2月3日(月)～3月17日(月)午前8時55分～正午、午後1時～5時15分(土・日曜日、祝日除く)

場所／市民税課窓口(西庁舎1階1番窓口)

【出張申告相談会場】

場所・日時／

- ①あかし総合窓口＝2月12日(水)・13日(木)
- ②大久保市民センター＝2月18日(火)・19日(水)

③魚住市民センター＝2月20日(木)・21日(金)

④二見市民センター＝2月26日(水)・27日(木)
いずれも午前9時30分～正午、午後1時～4時
※氏名が「あ」行～「さ」行の人は午前、「た」行～「わ」行の人は午後にお越しください。また、市役所・あかし総合窓口・各市民センターでの確定申告書の預かりや確定申告相談は行いませんのでご注意ください。※窓口に来られる際は公共交通機関をご利用ください

令和7年1月1日現在、市内に居住し、次のいずれかに該当する人は申告が必要です。(所得税の確定申告書を提出する場合は除く) ①営業・農業・不動産・配当・一時・雑・譲渡などの所得があった人 ②給与所得者で、勤務先から給与支払報告書が明石市に提出されていない人や、給与以外の所得があった人(給与以外の所得が20万円以下の人は所得税の確定申告をする必要はありませんが、市・県民税の申告が必要です) ③公的年金などの受給者で、ほかに所得があった人(公的年金などの収入金額が400万円以下かつ、公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の人は所得税の確定申告をする必要はありませんが、市・県民税の申告が必要です)

学校司書 募集【4月採用予定】

青少年教育担当(TEL 918-5057 FAX 915-5155)

募集職種・人数／学校司書・10人程度 職務内容／学校図書館の整備や読書推進など 勤務場所／学校図書館 任用期間／4月1日～来年3月31日 ※勤務成績などで再度の任用あり 勤務時間／1日5時間45分週19時間未満もしくは29時間以内 報酬／時給1467円 選考方法／書類審査、面接、実技試験 試験日／3月1日(土)、2日(日) ※実技試験は、小学校高学年を想定した本の紹介を3分程度で実演。試験日に紹介する本を持参 申し込み／2月14日までに履歴書を持参または郵送で同担当(〒673-8686 市役所分庁舎5階)へ ※応募資格など詳しくは市ホームページで確認を



詳しくは
こちらから

放課後児童クラブ春休み補助支援員募集

(公財)こども財団 放課後児童クラブ担当(TEL 915-8170 FAX 915-8175)

児童クラブで、児童とのふれあいや遊びなどを通じた育成支援を行う補助支援員を募集します。勤務地／市内28小学校内の児童クラブ 募集人数／各数人 雇用期間／3月25日～4月7日(土・日曜日を除く10日間) 勤務時間／午前8時～午後5時30分の間で7時間(休憩1時間) 賃金／時給1200円(交通費支給あり) 申し込み／2月3日～14日に電話またはメール(☞jimukyoku@akashi-houkago-jidouclub.jp)で同担当へ ※2月22日(土)に面接を実施



詳しくは
こちらから

●保育園児の2次募集を行います 2/3 ～ 2/10

保育施設の4月入所について、1次募集の結果、定員に満たない施設を対象に2次募集を行います。

対象／①1次募集で内定しなかった人で、希望施設の追加・変更を希望する人 ②新しく保育施設への入所や転園を希望する人

申し込み／①は通知書に同封の届出書、②は申込書(市役所、あかし総合窓口などで配布)に必要な書類を添えて、2月10日までに利用担当(〒673-8686 市役所議会棟1階)へ郵送(必着)または持参。①はファクシミリ、ホームページ、②は電子申請(マイナポータル)でも申し込み可

休日相談窓口を2月9日(日)に開設(時間／午前9時30分～午後5時 場所／市役所議会棟1階)

保育施設の新規開設園などのお知らせ

名称・住所	開所時間	定員
4月1日開園予定 (小規模保育事業所)		
(仮)おおくぼ八木保育園 (大久保町八木371-18)	月～土曜日 午前7時～午後7時	19人 (0～2歳)
(仮)サンライズキッズ保育園西明石園 (西明石南町3丁目3-30 西明石NKビル2F)	月～土曜日 午前7時～午後7時	19人 (0～2歳)

お問い合わせ／申し込みに関すること こども育成室 利用担当(TEL 918-5093 FAX 918-5650)
新規開設園に関すること こども育成室 施設担当(TEL 918-5267 FAX 918-5163)

住民税非課税世帯に 物価高騰対応支援金(3万円)を支給

給付金の対象者には、2月中旬から順次「支給のお知らせ」を送付します。

対象／令和6年12月13日時点で市に住民票があり、令和6年度分の住民税均等割が非課税の世帯 給付金額／1世帯あたり3万円、平成18年4月2日以降生まれの児童1人あたり2万円



詳しくは
こちらから

物価高騰対応支援給付金コールセンター

(TEL 918-0318 FAX 918-5653)

平日／午前9時～午後5時30分

傍聴者募集

▶第4回社会福祉審議会児童福祉専門分科会

日時／2月10日(月)午後2時～ 場所／市役所議会棟2階大会議室 内容／①第3期子ども・子育て支援事業計画のパブリックコメントの結果報告、概要版および最終案について ②市社会的養育推進計画のパブリックコメントの結果報告および最終案についてなど 定員／10人 申し込み／2月7日午後5時まで子育て支援室こども政策課(TEL 918-6073 FAX 918-5196)で先着順に受け付け

▶手話言語等コミュニケーション施策推進協議会

日時／2月10日(月)午後2時～4時 場所／市役所8階806AB会議室 内容／手話など障害者のコミュニケーション施策について 定員／10人 申し込み／障害福祉課(TEL 918-1344 FAX 918-5244 ☞shoufuku@city.akashi.lg.jp)で先着順に受け付け ※手話通訳・要約筆記あり

▶都市景観審議会

日時／2月12日(水)午前10時～ 場所／市役所南会議室棟103C会議室 内容／景観計画の策定などについて 定員／5人 申し込み／2月3日午前9時～7日午後5時に都市総務課(TEL 918-5037 FAX 918-5109 ☞tosou@city.akashi.lg.jp)で先着順に受け付け

▶①高齢者福祉専門分科会

▶②社会福祉審議会総会

日時／2月17日(月)①午前10時30分～ ②午後2時～ 場所／市役所議会棟2階①第2委員会室 ②大会議室 内容／①明石市高齢者いきいき福祉計画および第9期介護保険事業計画の進捗状況について ②福祉・こども関係の計画・条例について、各専門分科会の活動報告など 定員／各10人 申し込み／2月14日午後5時まで ①高齢者総合支援室給付係(TEL 918-5091 FAX 918-4060) ②福祉政策室福祉総務課(TEL 918-5025 FAX 918-5106)で先着順に受け付け

▶第81回明石市環境審議会

日時／2月18日(火)午後2時～ 場所／市民会館第1・2会議室 内容／ごみ減量・再資源化の取り組みについてなど 定員／10人 申し込み／2月3日午前9時から環境創造課(TEL 918-5786 FAX 918-5192)で先着順に受け付け

スマホで
広報紙が読める！

無料アプリ「マチイロ」で
広報あかしを配信しています。

登録
方法

- ①下記のQRからアプリをダウンロード
- ②「お住まいの地域」を「明石市」に設定



問 広報課 (TEL 918-5001 FAX 918-5101)

あかねカレッジ 学生募集 対象/60歳以上の明石市民

①ライトコース ②科目別コース ③わたしを活かすコース
費用/年間1000円(資料代) いずれも費用/年間1万円(資料代)

願書受付
(本人が
直接持参)

①3月1日から各中学校コミセン(午前9時～午後5時、月曜日・祝日除く)で受け付け
②・③2月13日～28日にあかねカレッジコーディネートセンター(アスパア明石北館9階、
午前9時～午後5時、土・日曜日・祝日除く)で受け付け

入学願書・パンフレットは各中学校コミセン、あかねカレッジコーディネート
センター、各市民センター・サービスコーナー、行政情報センターで配布中

お問い合わせ/あかねカレッジコーディネートセンター (TEL 918-5415 FAX 918-5416)

あかね
カレッジ
Akane College
あかねカレッジは、60歳
以上の明石市民であれば、
だれでも入学できる、開か
れたまなびの場所です。

詳しくは
こちらから



語ろう つくろう みんなの明石

テーマ 若者会議 Online

若者ならではの視点で、「これからの明石の
取り組み」を提案してみませんか。今回は
オンラインで実施します!

日時 2月21日(金) 午後6時～8時

場所 オンライン (Zoom)

対象 高校生世代から
29歳までの市内在住・在学・在勤者

定員 30人 ※応募多数時抽選

申し込み 2月19日までに、下記の①～③の
いずれかの方法で市民とつながる課へ

- ① 申込フォーム
- ② 電話 TEL 918-5010
- ③ ファクシミリ FAX 918-5101

住所・氏名(ふりがな)・年齢・連絡
先、所属先や必要な配慮(手話
通訳・要約筆記・車いすでの来場
など)があれば記入

申し込みは
こちらから



事業者向け脱炭素経営セミナーを 開催します!

環境創造課(TEL 918-5786 FAX 918-5192)

日時/2月20日(木)午後2時～3時30分 場所
/明石商工会議所 5階大会議室 内容/脱炭
素経営のメリットや取り組み方、国や市の支援情報
(補助金など)について 対象/市内事業者 定
員/50人 費用/無料 申し込み
/申込フォームまたは電話、メール(☒
plan-ems@city.akashi.lg.jp)、ファク
シミリで同課まで

詳しくは
こちらから



小・中学校の入学通知書は届いていますか

教育企画室総務担当(TEL 918-5054 FAX 918-5111)

4月に小・中学校へ入学する児童生徒の保護者
を対象に、入学通知書を郵送しています(市内での
転居、市外からの転入の際には随時郵送)。入学通
知書の未着、紛失・破損があれば、下記申込フォー
ムから申し込みまたは同担当へご連絡ください。

【訂正】入学通知書に「説明会は終了し
ています」と記載がありますが、説明会
は入学通知書記載の日程どおりに開催
する予定です。

申し込みは
こちらから



委員募集 あかしSDGs推進審議会

SDGs共創室企画・調整課(TEL 918-5010 FAX 918-5101)

明石市の今後のまちづくりの方向性や重点的に
取り組む施策などについて、幅広い視点から意見交
換し、まちづくりの戦略計画の策定に取り組みます。
任期/委嘱の日(予定:令和7年4月)から2年間
対象/市内在住・在勤・在学の満18歳以上(令和7
年4月1日現在) 定員/3人 申し込み/市ホー
ムページで詳細を確認し、2月21日まで
に専用フォームで受け付け
※インターネットの利用が難しい人は、
同課へ連絡を

詳しくは
こちらから



石ヶ谷墓園の一般墓地 常時募集 4.01～12平方メートル区画

緑化公園課(TEL 918-5265 FAX 918-5109)

石ヶ谷墓園一般墓地の4.01～12平方メートルの区画
を新たに募集します。生前の申し込みも受け付け
ています。 ※今回の募集区画は、返還された区
画を整備し、再募集するものです
使用料(永代使用料・管理料10年分)/74万1850
円(4.01平方メートル)～279万6000円(12平方メートル)
※角地は割り増し
対象/次の①～④すべてを満たす人

- ①市内に引き続き3か月以上住民登録があり祭祀を主宰する
- ②同墓園ではほかの区画の使用許可を受けていない
- ③2年以内に墓石などを設置できる
- ④使用料・管理料の全額を納入期限までに一括納付できる

申し込み/2月13日(必着)までに、申込用紙(2月
3日から同課、石ヶ谷墓園管理事務所で配布。希
望者には郵送可)を郵送または持参で同課(〒673-
8686 市役所本庁舎7階)へ。2月14日に申し込
みの順番を決める抽選を実施。上記期間に申し込
みが無かった区画は2月17日から先着順に受け付
け。2月17日以降に電話で確認を。

※合葬式墓地の利用者も常時募集中

あかしこども広場 子育て支援講座

あかしこども広場講座受付係(最終水曜日休館)
TEL 918-6219 FAX 918-6223
☒akashikodomo@kobeymca.org

講座名	日時	対象	定員	費用	内容
①親子クッキング教室	3月4日(火) 10:00～12:30	4・5歳の子どもと 保護者	18組	500円	キッシュ
②ハッピープレママサロン	3月6日(木) 14:00～15:30	6～8月に 出産予定の妊婦	20人	200円	妊娠中と産後の食生活アドバイ スと試食、プレママ同士の交流
③離乳食教室(後期)	3月13日(木) 10:00～12:00	第1子が9～11か月の 子どもと保護者	20組	200円	離乳食の進め方についての 話と試食 ※試食は親のみ
④もうすぐパパママ講座 A・B	3月15日(土) A:10:15～12:15 B:14:00～16:00	6～8月に 第1子出産予定の 妊婦とパートナー	各 24組	無料	赤ちゃんを迎えるにあたっての 助産師の話、赤ちゃん人形を使 って抱っこや沐浴の実習など
⑤まご育て応援講座	3月18日(火) 10:00～12:00	今後生まれてくる、 または生後12か月 までの孫がいる人	10人	無料	今とむかしの子育ての違い を知る、おもちゃの紹介など
⑥離乳食クッキング教室	3月20日(木・祝) 10:00～12:00	6～8月に 出産予定の妊婦	10人	800円	魚で離乳食づくり ※場所:県水産会館
⑦親子でふれあい教室	3月22日(土) 10:00～11:15	2・3歳の子どもと 保護者	20組	100円	絵本と音楽 打楽器に親しもう♪
⑧離乳食教室(前期)	3月27日(木) 10:00～12:00	第1子が4～6か月の 子どもと保護者	20組	200円	離乳食の進め方についての 話と試食 ※試食は親のみ
⑨魚・海のことを知ろう	3月30日(日) 10:00～12:00	4歳～就学前の 子どもと保護者	20組	200円	ちりめんモンスター探し・ 耳石探し

いずれも場所/あかしこども広場(パピオスあかし5階) ※⑥のみ場所が異なります。ご注意ください。

申し込み/電話・ファクシミリ・メール(講座日・講座名・参加者全員の氏名・ふりがな・郵便番
号・住所・電話番号、①③⑦～⑨は子どもの氏名・ふりがな・生年月日・年齢(月齢)、⑤は孫の
月齢または出産予定日、②④⑥は出産予定日、④は希望の時間を記入)で2月10日午後5時
までにあかしこども広場講座受付係へ。応募多数時抽選。定員に満たない場合は締切以降、
先着順受け付け。対象以外のきょうだいの参加不可。対象はいずれも講座受講時。



他にも各講座や
イベントはホーム
ページに掲載中

天文科学館だより

開館時間：午前9時30分～午後5時

高校生まで
入館無料

観覧料：一般700円

〒673-0877 人丸町2-6 TEL 919-5000 FAX 919-6000 月曜・第2火曜日休館(祝日は開館、翌営業日が休館)

「プラネタリウム100周年」×「すばる望遠鏡25周年」コラボ講演会

日時／2月24日(月・振休)午後2時～4時

場所／ウィズあかし(アスピア明石北館7階)

内容／本田敏志さん(県立大学西はりま天文台准教授)による講演

定員／50人 申し込み／2月

8日午前9時～2月23日午後

5時まで同館ホームページで

先着順に受け付け



©国立天文台

プラネタリウム一般投影 「オーロラ～天空を舞う神秘の光～」

幻想的な美しさで人々を魅了するオーロラは、太陽から吹く太陽風によって起こる現象です。さまざまな色や形でゆらめくオーロラの魅力を紹介します。



星と音楽のプラネタリウム

日時／3月8日(土)午後1時10分～ 出演／Árbol y Viento(アンデス笛・ギター)

定員／250人 申し込み／

2月8日午前9時～3月7日午

後5時まで同館ホームページで先着順に受け付け



ベビープラネタリウム

日時／3月14日(金)午前10時～10時30分

対象／0～4歳くらいの子どもと保護者

定員／150人 申し込み／2月14日から同館ホーム

ページで先着順に受け付け

軌道星隊シゴセンジャー春場所 キッズプラネタリウム「軌道星隊シゴセンジャー」

プラネタリウム投影にシゴセンジャーとブラック星博士が登場!

日時／3月20日(木・祝)・22日

(土)・23日(日) いずれも午前

11時10分～ 定員／270人

申し込み／2月22日午前9時から

同館ホームページで先着順に受け付け



天体観望会

その日の夜に見られる天体を16階観測室や、4階日時計広場の望遠鏡で観望します。

日時／①2月22日(土) ②3月15日(土) いずれも午後7時～8時30分(午後6時30分から受け付け)

定員／各日40人 料金／1人300円(駐車料金別途200円)

申し込み／①2月8日、②3月1日のいずれも午後5時まで同館ホームページで受け付け。応募多数時抽選

夕焼けパンダ見てみ隊 春期隊員募集

太陽と通信用アンテナが重なったときに現れる「夕焼けパンダ」をみんなで観察しよう。

日時／3月1日(土)午後4時30分～6時30分

定員／20人

料金／無料(要観覧料、駐車料金別途200円)

申し込み／2月15日午後5時まで同館ホームページで受け付け。応募多数時抽選 ※小学生以下は保護者同伴。天候などにより見られない場合があります



※いずれもホームページから申し込みができない場合は電話でお問い合わせを

文化博物館からの案内状

中学生まで
観覧無料

〒673-0846 上ノ丸2-13-1 TEL 918-5400 FAX 918-5409

otoiawase@akashibunpaku.com https://www.akashibunpaku.com/

天文科学館と文化博物館は「シニアいきいきパスポート」提示で観覧無料

くらしのうつりかわり展 —多聞新八がえがいた昔の明石—

開催中

明石のうどん屋店主・多聞新八が自ら触れた昭和の生活や文化をえがいた絵や川柳を用いた手記を、同館の資料とともに展示します。

期間／3月16日(日)まで 午前9時30分～午後5時30分(入館は午後5時まで) ※月曜日休館(2月24日(月・祝)は開館)

観覧料／大人200円、大高生150円(中学生以下無料)、障害者手帳などの提示で半額

関連イベント＜要観覧料＞

①おっちゃんの紙芝居

日時／2月9日・23日、3月2日・16日 いずれも日曜日午後2時～(各回30～40分程度) 定員／各回40人

※各日午後1時から整理券を配布し、先着順に受け付け 出演／阿部元則さん(紙芝居師)

②ギャラリートーク「昔の生活を聞いて道具を使ってみよう!」

日時／2月9日・23日、3月2日・16日 いずれも日曜日午前10時～(各回20分程度) 講師／同館学芸員



手記「消え行く過去の想出」

市民会館チケット案内

アワーズネット

検索

市民会館

TEL 912-1234

FAX 914-0970

西部市民会館

TEL 918-5678

FAX 946-2334

人形劇団むすび座

「オズのまほうつかい」

日時／2月24日(月・振休)午後2時開演(午後

1時30分開場) 場所／西部市民会館ホール

料金／一般前売

り2500円、当日3000円(全席自由)

チケット／明石・西部市民会館で販売中

※4歳以上有料。3歳以下はひざ上鑑賞無料。

席が必要な場合は有料



銀シャリ食堂

～ネタとコーナーを添えて～in 明石

人気お笑いコンビ・

漫才師の「銀シャリ」が

「ミルクボーイ」と「金

属バット」と共に明石へ

やってくる!

日時／3月20日(木・

祝)午後6時開演(午後5時30分開場)

場所／市民会館大ホール

料金／一般前売

り4000円、当日4500円(全席指定)

チケット／2月8日から明石・西部市民会館、オンライ

ンチケットほかで発売 ※4歳以上有料。3歳以下はひざ上鑑賞無料。席が必要な場合は有料



一生役立つ家事のコツ みんなで家事シェア

インクルーシブ推進課(Tel 918-6037 FAX 918-5617)

「もっと家族で楽しく仲良く家事をしたい」そんな思いを応援します。洗濯のプロが、効率的な洗濯方法や家事分担について伝授します。家族みんなで、家事をシェアするヒントを学びませんか。

日時／3月1日(土)午前10時～正午

場所／ウィズあかし(アスピア明石北館7階)

【内容】※セミナーと子ども向けイベントは同時進行

【大人向け】

日々のモヤモヤを解消! 家事ギャップセミナー

【子ども向け】

オリジナル歯ブラシ&イースターエッグ☆カラーセロファンで作るたまご型サンキャッチャーづくり

【大人向け】

ほめ方セミナー「子どもも大人もやる気アップ」

【大人・子ども向け実習】

楽しみながら学ぶ「洗濯物干しゲーム」

定員／16組程度 費用／無料 申し込み／2月17日までに、市ホームページの申込フォームまたは電話、ファクシミリ(参加者全員の氏名・住所・年齢・電話番号・メールアドレスを記入)で同課へ。応募多数時抽選

※ライオン株式会社共催、託児あり

申し込みはこちらから



本のまち明石
図書館なび

市 あかし市民図書館(TEL918-5800 FAX913-6071)
西 西部図書館(TEL918-5675 FAX947-2754)



外国人による世界のお話 市

日時/①2月16日(日)午後3時～4時30分 ②3月2日(日)午後2時～3時30分 内容/①アメリカのお話 ②ボリビアのお話 対象/どなたでも 定員/各25人 申し込み/①2月2日、②2月16日から窓口または電話、ファクシミリで先着順に受け付け

ゆるっと読書会 西

日時/2月22日(土)午後1時30分～2時30分 テーマ/長谷川町子『サザエさん』について語ろう 対象/どなたでも 定員/6人 申し込み/2月8日から窓口または電話、ファクシミリで先着順に受け付け

新米パパの子育て応援

パパにもできるもん!!読み聞かせ講座 市

新米パパ同士で交流をしながら、読み聞かせのコツを学んでみませんか。
日時/①2月23日(日・祝) ②3月30日(日) いずれも午前11時～正午 対象/新米パパと2歳までの子ども 定員/5組 申し込み/①2月9日、②3月16日から窓口または電話、ファクシミリで先着順に受け付け

バリアフリー上映会 市 西

日時/西=2月2日(日) 市=3月20日(木・祝) いずれも午後1時30分～3時30分 内容/音声ガイドや字幕をつけた作品『異動辞令は音楽隊!』を上映 対象/どなたでも 定員/各20人 申し込み/不要、直接会場へ

地域学講座 明石の文学

「駅長驚くなかれ時の変改-菅原道真と休天神-」 市

日時/2月15日(土)午前10時～正午 内容/近年の考古学調査の成果を踏まえながら、菅原道真と明石の関わりについてお話しします 講師/中村健史さん(神戸学院大学人文学部准教授) 対象/大人 定員/30人 申し込み/2月2日から窓口または電話、ファクシミリで先着順に受け付け

転入者交流イベント「ウェルカム!あかし」 市

日時/3月9日(日)午前11時～正午 内容/明石に関する本の紹介や地域の魅力を聞き、転入親子同士の交流を深める 対象/転入して1年以内の未就学児と保護者 定員/5組 申し込み/2月23日から窓口または電話、ファクシミリで先着順に受け付け

●2月の図書館イベント●

	日	時間	内容	対象
あかし市民図書館	1日(土)	11:00～	お	どなたでも
	4日(火)	11:00～	お	3歳以下親子
	8日(土)	11:00～	お	4～6歳
	22日(土)	11:30～		小学生
	11日(火・祝)	11:00～	お	3歳以下親子
	25日(火)			
	15日(土)	11:00～	か	小学生まで

	日	時間	内容	対象
西部図書館	1日(土)	11:00～	お	3～5歳
	15日(土)			5歳以上
	11日(火・祝)	11:00～	お	2歳以下親子
	25日(火)	11:30～		3～4歳親子
	14日(金)	16:00～	お	4～5歳
	28日(金)			
	22日(土)	11:00～	か	小学生まで

お = おはなし会 か = かみしばい

ファクシミリでの申し込みは、イベント名と日時・氏名・利用者カード番号(あれば)・FAX番号を記入して各館へ。
※開館時間外のファクシミリは無効

●文化国際創生財団からのお知らせ●

〒673-0886
東仲ノ町6-1アスパア明石北館7階
TEL918-5085 FAX918-5121
event@accf.or.jp

●ひとつぶのたねクラシックコンサート
「メリディアンとともにフルーツの世界へ」

日時/3月8日(土)午後2時開演(午後1時30分開場) 場所/西部市民会館ホール 演奏曲/W.A.モーツァルト「ディヴェルティメント」二長調 K136、杉本竜一作曲・本庄ちひろ編曲「Believe」など 入場料/500円 ※未就学児無料 チケット/同財団で販売中

●アスパア ギャラリー ストリート

期間/2月4日(火)～2月21日(金) いずれも午前10時～午後8時(2月4日は正午～) 場所/アスパアギャラリーストリート(アスパア明石南館1階) 内容/chico「ふくふく羊毛フェルト作品展」

●中高生によるジャズビッグバンド 団員募集中

新しく立ち上げるビッグバンド「Little Octopus Jazz Orchestra」のメンバーを募集しています。

練習期間/4月26日(土)から毎月2回(平日、土曜日各1回)午後6時～9時 練習場所/西部市民会館 対象/市内および近辺に在住の中高生で、サクソ・トランペット・トロンボーン・ピアノ・ベース・ドラムスなどの演奏期間が継続して1年以上ある人 参加料/3か月ごとに3000円 ※ジャズ奏者(大人)による指導あり



コミセン教室

※コミセンは月曜・祝日休館です

受付開始日の午前9時から先着順に窓口または電話で受け付け(聴覚障害などで電話での連絡が難しい人はファクシミリで各コミセンへ)。詳しくはホームページ、右記QRコードから確認を。



明石市 コミセン情報紙 検索

コミセン名	講座名	日時	定員・費用	受付開始日
錦城	プロカメラマンに学ぶ スマホ写真講座	2月15日(土) 10:00～12:00	28人(小学生以上。小学生は保護者と参加可) 無料	受け付け 中
朝霧	終活 ～生前整理セミナー～	2月22日(土) 13:30～15:00	30人 無料	2/1
衣川	筑前琵琶の魅力を楽しむ ～お話と演奏～	3月1日(土) 13:30～15:00	40人 無料	2/4
野々池	お菓子教室 (キャラメル風味のシュークリーム)	3月25日(火) 9:30～12:30	8人 (応募多数時抽選) 1300円(材料費)	2/22～ 28
望海	親子工作講座 ～カタカタ人形を作ろう～	3月8日(土) 10:00～12:00	親子10組(4歳以上の子どもと保護者、きょうだい可) 300円(材料費)	2/1
大久保	ヨガ入門講座	3月5日(水) 13:00～14:30	10人 無料	2/4
大久保北	みどりんの多肉倶楽部② いろいろな多肉を育てよう	3月6日(木) 10:00～11:30	10人 500円(材料費)	受け付け 中
高丘	お花見ご飯	3月1日(土) 9:45～13:00	16人 1200円(材料費)	2/4
江井島	おいしい野菜の作り方教室 ①②	①3月22日(土) ②3月29日(土) 10:00～11:30	50人 無料	2/23
魚住	赤ちゃんと楽しく 「ファーストサインで コミュニケーション」	2月28日(金) 10:00～11:30	親子5組(6か月～2歳前後の子どもと保護者) 無料	2/6
魚住東	なんでもかんでもハラスメント!? ～気をつけるべき5つのこと～	3月1日(土) 10:00～11:30	30人 無料	2/7
二見	お金のプロと考える ～後悔しないための資産形成～ NISAやiDeCoの知識など	3月5日(水) 13:30～14:30	50人 無料	2/4



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	2	3	4	5	6	7
月	9	10	11	12	13	14
	16	17	18	19	20	21
	23	24	25	26	27	28

日	月	火	水	木	金	土
						1
3	2	3	4	5	6	7
月	9	10	11	12	13	14
	16	17	18	19	20	21
	23	24	25	26	27	28

お知らせ

土曜日市税納付相談

時2月22日午前9時～正午
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・園 納税課(市役所西庁舎2階)
TEL918-5016 FAX918-5132)

都市再開発方針などの見直し素案を閲覧

都市再開発方針などの見直し素案を閲覧します。
時2月7日～28日の執務時間内(市ホームページでも閲覧可)
場・園 都市総務課(市役所本庁舎7階)
TEL918-5037 FAX918-5109)

優良運転者の申請受け付け(金正賞)

受付期間/2月28日までの午前9時～11時30分、午後1時～4時30分(土・日曜日、祝日除く)
令和元年以前の金賞受賞者で、過去5年間無事故無違反の市内在住の交通安全協会会員
免許証・会員証・優良運転者証(金賞)・印鑑・無事故無違反証明書交付手数料670円を持参し、明石交通安全協会(田町2-10-10 TEL923-1881 FAX923-1883)窓口へ
※詳しくはお問い合わせを

フードドライブにご協力ください

家庭の食べきれない食品を持ち寄ってください。集まった食品は、市内の子ども食堂で活用させていただきます。
場・園 イオン明石ショッピングセンター
時2月7日～11日午前10時～午後9時
寄付場所/同センター2番街1階インフォメーション前、明石ビブレ1階インフォメーション前
寄付いただきたい食品
お米(袋に入れてお持ちください)、缶詰、レトルト食品、粉ミルク、離乳食、調味料、野菜など
※生鮮食品、アルコール類、開封されたもの、賞味期限が1か月未満のものは受け取りできません
園資源循環課
(TEL918-5794 FAX918-5793)

募集

金婚夫婦祝福式典 出席者

主 神戸新聞社
時5月25日午後2時～
場 市民会館中ホール
対 昭和51年に婚姻届を提出した夫婦
※結婚50年が過ぎ、これまで同式典に参加していない人も申し込み可
申2月28日までに専用フォームまたは、神戸新聞社明石総局、各販売所にある申込用紙に必要事項を記入し、総局、販売所に持参か下記まで郵送
申し込み先/〒650-8571(住所不要)神戸新聞社事業局「金婚」係
(TEL362-7086 FAX360-5519)。(先着)
詳しくはこちらから

委託保育士

園 市主催の遊びの教室での保育(月4回程度)
資格/保育士
申 こども健康課(TEL918-5656 FAX918-6384)で随時電話受け付け ※選考・面接あり

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大久保
時2月12日
場 あかし保健所1階多目的ホール
▶SP21人丸
時2月19日 場 人丸小コミセン
▶SP21林
時2月26日 場 林会館(林コミセン)
▶SP21二見
時2月26日 場 二見北小コミセン
いずれも時間/午前10時～11時30分(受け付け午前9時45分～)
園 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
園 健康推進課
(TEL918-5657 FAX918-5440)

ふれあいプラザあかし西の催し

場・申・園 ふれあいプラザあかし西
(TEL945-0294 FAX945-0295)
2月5日午前9時から窓口または電話で受け付け。(先着)
①ボランティア体験教室
「あなたは大丈夫?フレイルチェックをしてみましょう!」
時3月6日午後2時～3時
園 フレイルサポーター体験
定15人
②スポーツ講習会
「歩く量より質への転換で健康ライフ獲得～講話と運動～」
時3月15日午後2時～3時
定40人
③健康クッキング
「腸がよろこぶ 腸活料理」
時3月21日午前10時～午後0時30分
園 調理実習と講話
対 20歳以上
定16人
費850円程度
④エンジョイ☆クッキング
「兵庫の新鮮な食材を使ってみんな大好き!ハンバーグを作ろう!」
時3月28日午前10時～午後1時30分
対 小学1～4年生と保護者
※対象外のきょうだいの参加可
定6組
費1人700円程度

総合福祉センター新館の教室 健康体操・ボッチャなど

場・園 総合福祉センター新館
(TEL927-1125 FAX927-1126)
①健康体操とACEボール教室
時2月25日
午前10時30分～11時30分
園 体操指導と明石発祥のニュースポーツ
②サウンドテーブルテニスDay
時2月3日・17日
いずれも午後1時～3時
園 球の音を頼りに競技する卓球
③NightボッチャDay
(水6どうでしょう)
時2月19日
午後6時～8時
園 楽しくボッチャで交流
④日曜ボッチャDay
時2月23日午前10時～午後4時
園 1日中ボッチャで楽しもう
申 不要、直接会場へ
※上靴持参

消費者セミナー 落語「うまい話 詐欺にオチないで」

主 市消費者協会
時2月21日午後2時～3時30分
場 ウィズあかし(アスパア明石北館8階)
園 消費者トラブルにまきこまれないように、楽しく落語で学ぼう
講師/桂三若さん(落語家)
対 市内在住の人
定50人
申2月11日(必着)までに、はがきまたはファクシミリ、メール(氏名・ふりがな・郵便番号・住所・電話番号を記入)で市民相談室消費生活係(〒673-0886 東仲ノ町6-1 TEL918-5634 FAX918-5616 syouhi@city.akashi.lg.jp)へ。(抽選)

自分らしい働き方 ～「選ぶ」「選ばれる」をはずして見えてくるもの～

時2月15日午後1時30分～3時30分(午後1時から受け付け)
場 ウィズあかし(アスパア明石北館8階) ※オンラインあり
園 講演会と交流会
講師/勅使川原真衣さん(組織開発コンサルタント)
定会場=50人、オンライン=定員なし
申2月10日まで市ホームページの専用フォームまたは電話、ファクシミリ、メール(氏名・電話番号を記入)であかし女性応援ねっと事務局(インクルーシブ推進課 TEL918-6037 FAX918-5617 j-ouen-net@city.akashi.lg.jp)へ。(先着)
※手話通訳・要約筆記、子どもの一時預かりあり
(2月7日までに申し込み) 詳しくはこちらから

健康明石21市民公開講座

時2月13日午後2時～4時
場 市民病院 2階講義室
園 整形外科「骨粗鬆症治療と二次骨折予防について」、リハビリテーション課「人生百年時代に備えて」
申 不要、直接会場へ
園 市民病院経営企画担当
(TEL912-2323 FAX914-8374) 詳しくはこちらから

献血にご協力を

▶市役所本庁舎2階ロビー
時2月13日午前10時10分～11時45分、午後1時～4時
▶明石運転免許更新センター
時第1・第3日曜日 午前9時～午後0時30分、午後1時45分～3時

障害者施設による物品販売〈2月〉

主な販売品目	販売日
クッキー・パウンドケーキなど	20
クッキー・お弁当	6.13.20.27
焼き菓子・チョコレート菓子	3.6.10.13.17.20.27
お弁当・お惣菜・丼など・雑貨	3.10.17
お寿司	13.27

場市役所本庁舎2階ロビー
(エスカレーター横)
時午前11時30分～午後1時30分
問障害福祉課(TEL918-1344
FAX918-5244) ※レジ袋持参

子ども向けワークショップ 折り紙で建物を作ってみよう!

主・岡あかし市民広場
(TEL918-9750 FAX918-6192)
時3月7日～9日の午前10時、11時、
正午、午後1時、2時、3時、4時
(8日は午前10時と11時のみ)
※各回1時間程度
場あかし市民広場
内明石高専建築学科の学生と楽しく
ペーパークラフトの建築模型を作ろう
対15歳以下の子どもと保護者
定予約＝各回15人、当日＝各回5人
申2月8日から専用フォー
ムで受け付け。(先着)
※同期間中、明石高専建
築学科55期生の卒業研
究展も開催



申し込みは
こちらから

みんなDE楽しく防災

時2月22日午前9時30分～11時
30分
内ボードゲームやカードゲームを活
用して明石高専防災団 D-PRO135°
と楽しく防災を学ぶ
対どなたでも(小学3年生以下は保
護者同伴) 定16人
場・申2月5日午前9時から窓口また
は電話で勤労福祉会館(TEL918-
5422 FAX918-5423 火曜日休
館)へ。(先着)

21世紀の健康づくりシリーズ 第77回大会

主・岡市医師会
(TEL920-8739 FAX938-0898)
時3月6日午後2時～4時
(午後1時開場)
場市民会館中ホール
内テーマ「膝・腰の痛みと上手く付き
合う方法～いつまでも歩き続けるた
めに～」
講師／川合俊一さん(日本バレー
ボール協会会長)ほか
定450人
申2月13日(必着)までに専用フォー
ムまたは、はがき、ファクシミリ(氏名
とふりがな・郵便番号・住所・電話番
号を記入)で、市医師会「21世紀の
健康づくりシリーズ 第77回大会」係
(〒674-0063 大久保
町八木743-33)へ。(先着)
※手話通訳あり
(締め切り後、入場券郵送)



申し込みは
こちらから

おはなしたべちゃえ 「カップケーキでひなまつりパーティー」

主ウィズあかし、あかし市民図書館
時3月1日午後1時～3時30分
内親子でひな祭りを彩るかわいい
カップケーキをつくろう!
対小学生と保護者(1組2人)
定8組16人
費1組500円
場・申2月12日までに専用フォームま
たは窓口、電話、ファクシミリ、メー
ル(氏名・年代・電話番号を記入)で
ウィズあかし(アスパ
明石北館8階 TEL918-
5603 FAX918-5618
oubo@withakashi.
jp)へ。(抽選)



申し込みは
こちらから

みんなで考えよう! 防災について～障害者と防災～

時2月12日午後1時～4時
(午後0時30分から受け付け)
場子午線ホール(アスパ明石北館
9階)
内1部「災害が起こっても助かる人にな
ろう」、2部「能登半島地震から学
ぶ障害者と防災について」
対どなたでも
定250人
申不要、直接会場へ
岡市障害当事者等団体連絡協議会
(TEL090-4280-8104 問ask614
@snow.ocn.ne.jp・南部)へ。(先着)

障害者向け 創作・趣味・自立訓練 教室受講者募集

主市社会福祉協議会
時2025年4月～2026年3月
場総合福祉センター
内童謡唱歌、囲碁・将棋、点字、陶芸、
料理など18教室
対年間を通じて受講可能で、障害者
手帳を持つ市民
定各15人程度
費材料費など実費要
申2月3日～14日に窓口または電話
で同センター(TEL918-5660 FAX
918-5661)へ ※引き続いての利
用希望者も再度申し込みが必要

スポーツ&アウトドア

石ヶ谷公園バーベキュー 許可エリアの利用について

利用可能期間／3～
10月の土・日曜日、祝
日 午前10時～午後
4時(後片付け・清掃
を含む)
区画／24区画(1区画約20平方m)
申利用月の前月5日から利用日前
日までに窓口または電話で中央体
育会館(TEL936-6621 FAX936-
6624)へ。(先着) ※詳しくは同会館
ホームページで確認を



明石海浜公園 硬式テニス教室 土曜日

▶一般(初心者・経験者)
時間／①午前9時～10時30分
②午前10時40分～午後0時10分
定各15人
費8500円(月4回)
▶キッズ(小学生)
時間／①午後0時20分～1時20分
②午後3時～4時 ③午後4時～5時
定各20人
費5800円(月4回)
いずれも申窓口または電話で同
公園屋内競技場事務所(TEL943-
0873 FAX942-8650)へ。(先着) ※
無料体験あり。入会初月は費用半額



第7回 市民ACEボール大会

主市スポーツ推進委員会
時3月8日午前9時30分～
場中央体育会館
対小学生以上
部門／①小学生の部 ②ファミリー
の部(小学生と中学生以上のチーム)
③一般の部(中学生以上のチーム)
定各部門16チーム(1チーム2～4人)
申2月3日～21日(必着)に専用
フォームまたは、ファクシミリ、メル
(参加部門、チーム名、代表者氏名
とふりがな(小学生の部は保護者氏
名)、代表者の住所・電話番号・メー
ルアドレス、チーム全員の氏名とふ
りがな・学年または年齢を記入)で
スポーツ振興担当(TEL
918-5624 FAX918-
5194 event-spo@
city.akashi.lg.jp)へ。
(抽選 (結果はメールなど
で通知)



申し込みは
こちらから

水中リズム運動

時3月6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2月6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(TEL918-
5660 FAX918-5661 問
soufuku@akashi-shakyo.or.jp)
へ。(先着)

ジュニアフェンシング教室

主県フェンシング協会
時3月8日・15日・22日・29日
いずれも午後2時～4時(全4回)
場明石海浜公園 屋内競技場
対小学2～5年生
定10人程度
申2月20日(必着)までに、はがき(住
所・保護者氏名・電話番号・メールアドレス、
参加者の氏名・学校名・学年・身
長・利き腕を記入)で同協会(〒674-
0092 二見町東二見128-6 TEL
090-3868-4714 問fczoro@
yahoo.co.jp・西山)へ。(抽選)

第19回兵庫県障害者のじぎく スポーツ大会

主兵庫県など
内障害者手帳や自立支援医療(精神
通院)受給者証を持つ人(個人参加
のみ)
申2月14日までに郵送または持参で
障害福祉課(〒673-8686 市役所
本庁舎1階 TEL918-5160 FAX
918-5244)へ
※障害者施設などに通っ
ている人は各施設で申し
込み。開催日程・場所・競技
種目など、詳細は同課まで
お問い合わせを



詳しくは
こちらから

園芸

菊花栽培教室 「菊の小品盆栽」

時・内3月29日＝植え替えと育て方、
4月19日・5月17日・6月14日・7月
12日＝剪定・手入れ、8月23日＝夏場
の管理、9月20日＝剪定と化粧鉢へ
の植え替え(全7回、午前の部＝午前
10時～正午、午後の部＝午後1時～
3時)
場市菊花栽培場(明石公園内)
定各部20人
費2700円(菊苗3本、5号深鉢3鉢、
用土、テキスト代含む・全7回分)
申2月4日午前9時から花と緑の学習
園(TEL924-6111 FAX924-
6121)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・岡同センター(TEL918-2405
FAX919-5186)
①スプリングバスケット
～春の寄せ植え～
時2月16日午後1時30分～3時30分
費2400円
②原木きのこ栽培にチャレンジ
～しいたけ・なめこ～
時2月23日午後1時30分～3時30分
費1100円
③コサージュづくり
時2月28日午後1時30分～3時30分
費2300円
いずれも定20人
申2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。
①③は(先着)、②は(抽選)



詳しくは
こちらから

明石市公式 LINE 友だち募集中!

明石市公式 LINE を「友だち追加」
すると、日常生活に役立つさまざま
な情報やごみ収集日のお知らせな
どを受け取ることができます。

スマホの LINE アプリで
右記のQRを読み取るか、
「@akashicity」
でID検索を



お問い合わせ／デジタル推進課
(TEL918-5741 FAX918-5103)

保健メモ

※午前の事業は7時、午後の事業は11時時点で市内に気象警報が発令されている場合、中止します。

● 3月の胸部巡回検診スケジュール

☎保健予防課(TEL 918-5668 FAX 918-5584)

市内各所をレントゲン車で巡回し、胸部検診を行います。

対象／40歳以上の市民

受診方法／要予約 明海病院検診課(TEL 922-4881)

受け付け 9:00～16:00(平日)

身分証明書と検診料金を持参し、下記日程に直接会場へ

※健診費用助成券を持っている人は持参

費用／500円(かく痰検査を実施する場合は500円追加)

※70歳以上の人、市民税非課税世帯の人などは無料

日 時	場 所
11日(火)	14:00～16:00 魚住市民センター
19日(水)	15:00～16:30 大久保市民センター
21日(金)	9:30～11:30 あかし保健所

※聴覚障害などで、電話での連絡や予約が難しい人はファクシミリで保健予防課へ
※車での来場は不可

● 乳幼児健康診査など(対象児には個別で通知しています)・無料

☎こども健康センター(TEL 918-5656 FAX 918-6384)

健診はすべて予約制です。個別の案内や市ホームページなどで確認し、予約を。変更や中止は、随時、市ホームページなどでお知らせします。

4か月児健診	対象／令和6年10月生 場所／市内指定小児科医療機関など
10か月児健診	対象／令和6年4月生 場所／市内指定小児科医療機関
1歳6か月児健診	対象／令和5年6月生 場所／こども健康センター
2歳児歯科健診	対象／令和4年10月生 場所／市内指定医療機関
3歳6か月児健診	対象／令和3年8月生 場所／こども健康センター

※対象期間・日に受診できない場合は、ご相談ください

● 離乳食個別相談

管理栄養士による離乳食の個別相談を実施しています。
離乳食について不安・疑問・悩みなどあれば気軽に
ご相談ください。

対象／生後4か月～1歳6か月ごろの乳幼児と保護者

費用／無料

申し込み／市ホームページの専用フォームから申し込み

※要予約



申し込みは
こちらから

● 3月の集団健診スケジュール

☎保健予防課(TEL 918-5668 FAX 918-5584)

〈公共施設での集団健診〉

場 所	日 時	定員	健 診	予約先・受付日時 (祝日を除く)
あかし保健所	18日(火)	9:30～11:30	各日 70人 [健 風] ※[風]は[健]と 同時受診のみ 受診可	明海病院検診課 TEL 922-4881 月～金 9:00～16:00 ※左記会場では、受診者 に対して無料で骨密 度測定を行います
	19日(水)			
	27日(木)			
	28日(金)			

〈医療機関での集団健診〉

場 所	日 時	定員	健 診	予約先・受付日時 (祝日を除く)
ささき クリニック	毎週 月・木 ※20日を 除く	14:00～ 16:00	各日 10人	[健] ささきクリニック TEL 925-7333 13:30～15:30(月・火・木・金)
石井病院 健診センター	1日(土)	9:00～ 11:30	各日 20人	[健] 石井病院 TEL 918-1801 月～金 9:00～16:30
山本内科	11日(火)	13:30～ 15:00	[健]	山本内科 TEL 922-8121 月・火・水・金 16:30～18:30
ふくやま病院	15日(土)	13:30～ 16:30	[健] ※胸部検診を 申し込む場合 のみ受診可	ふくやま病院 TEL 927-1514 月～土 10:00～16:00
野木病院	21日(金)	13:00～ 16:00	[健 乳]	野木病院 TEL 947-7211 月～金 13:00～16:00

健診の種類／[健]=健康まもりタイ健診(特定健診)・後期高齢者健康診査・
大腸がん検診・胸部検診・胃がんリスク検診・肝炎ウイルス検診、[乳]=乳が
ん検診、[風]=風しん抗体検査(昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生ま
れの男性 ※無料クーポン券必要) 受診方法／事前に保健予防課から
健診費用助成券を受け取り、上表の予約先で予約してから受診

※聴覚障害などで、電話での連絡や予約が難しい人はファクシミリで保健予防課へ
※個別健診は、指定医療機関に直接予約してから受診

里親相談会(毎月開催)

日時／2月20日(木)午前10時～正午 ※ミニ講座あり

内容／里親・養子縁組の説明、先輩里親による体験談、個別相談

場所／明石こどもセンター(大久保町ゆりのき通1-4-7)

申し込み／不要、直接会場へ

☎あかし里親センター(TEL 935-9720 FAX 935-9721)

✉akashi.satooya@ainote.main.jp



あかし 防犯情報 ☎総合安全対策室(TEL 918-5069 FAX 918-5140)
明石警察署(TEL 922-0110)

自分が被害者にならないように対策をしましょう!

令和6年、市内の刑法犯認知件数は1903件でした。引き続き、特殊詐欺、
自転車盗が多い状況です。また、SNS型投資詐欺やロマンス詐欺が急増し
ています。不安に感じた時は慌てずに、家族や警察に相談してください。

※明石警察署調べ・暫定値

	刑法犯総数	特殊詐欺	自転車盗	SNS型投資詐欺 ロマンス詐欺
令和6年	1903件	67件 (約2億4179万円)	423件	34件 (約2億1404万円)

特殊詐欺

警察を名乗る人物が「あなたの口座が犯罪に使われて
いる」「あなたは逮捕される」などと連絡し、「口座を調
査する必要がある」とキャッシュカードなどを要求さ
れたり、現金の振り込みを指示されたりする手口です。

自転車盗

被害にあった自転車の約8割が無施錠でした。
ほんの少しの時間でも、必ず鍵をかけましょう。



あかし保健所の健康相談

費用＝無料

あかし保健所では、健康に関する悩みや相談を受け付けています。

お問い合わせ	相談名(相談員)・日時	まずは お電話で ご相談を
健康推進課(3階) TEL 918-5657 FAX 918-5440	健康相談(保健師) 栄養相談(栄養士) 歯科保健相談(歯科衛生士) 禁煙相談(保健師) フレイル相談(栄養士・歯科衛生士など)	あかし保健所 TEL 918-5669 FAX 918-5440
相談支援課(3階) TEL 918-5669 FAX 918-5440	こころの相談ダイヤル TEL 918-5401 精神保健相談(保健師・精神保健福祉士・社会福祉士など) 難病・小児慢性特定疾病に関する療養相談(保健師)	
保健総務課(3階) TEL 918-5414 FAX 918-5440	不妊・不育専門相談(保健師) 2月26日(水)13:30～16:30 (1人1時間以内) ※相談日の1週間前までに要予約	
保健予防課(4階) TEL 918-5421 FAX 918-5441	HIV・梅毒・肝炎に関する相談・検査(保健師) 2月13日(木)・27日(木)9:15～10:15 HIV、梅毒検査のみ当日結果通知11:30～ コロナやその他感染症に関する相談(随時受け付け)	

※来所相談は午前の事業は7時、午後の事業は11時に市内に気象警報発令時は中止



2月の市民相談

●月～金曜日の相談は、休日を除く 費用＝無料
●障害のある人などで電話予約が困難な場合は右記へ問い合わせを

お問い合わせ／市民相談室(市役所本庁舎2階)
月～金曜日8:55～17:40 TEL918-5002 FAX918-5102

相談名 内容(相談員)	相談日時(2月)と場所	お問い合わせ 予約
●暮らし 一般相談 日常生活上での さまざまな問題	月～金曜日 8:55～17:40 市民相談室	市民相談室 TEL918-5002
法律(弁護士)相談 相続・離婚・借金など (弁護士)	4日、7日、14日、18日、21日、 25日、28日 13:00～16:00 市民相談室	相談日の2週間前の8:55 から電話予約受け付け 市民相談室 要予約 TEL918-5002
出張法律相談 相続・離婚・借金など (弁護士)	10日＝大久保市民センター 17日＝魚住市民センター 13:30～16:30	2月3日8:55から 電話予約受け付け 市民相談室 要予約 TEL918-5002
交通事故相談 事故の損害賠償など (弁護士)	14日、28日(毎月第2・4金曜日) 13:00～15:30 市民相談室	
表示登記・境界相談 登記・境界の問題など (土地家屋調査士)	6日、20日(毎月第1・3木曜日) 13:00～16:00 市民相談室	随時予約受け付け 市民相談室 要予約 TEL918-5002
年金・労働相談 年金・労働問題 (社会保険労務士)	6日(毎月第1木曜日) 13:00～16:00 市民相談室	
法務・登記相談 不動産・相続登記など (司法書士)	12日、26日(毎月第2・4水曜日) 13:00～16:00 市民相談室	12日は3日、26日は17日 8:55から電話予約受け付け 市民相談室 要予約 TEL918-5002
法務・登記相談 不動産・相続登記など (司法書士)	8日 9:00～11:00(当日先着12人) 明石商工会議所	県司法書士会明石支部 TEL911-7724
消費生活相談 消費者トラブルなど (消費生活相談員)	火～土曜日(11日、25日休館) 9:00～16:00 消費生活センター	消費生活センター TEL912-0999 来所相談 要予約
人権相談 人権に関する問題 (人権擁護委員)	3日、17日(毎月第1・3月曜日) 13:00～16:00 市民相談室	随時予約受け付け 市民相談室 要予約 TEL918-5002
行政相談 国への意見・要望など (行政相談委員)	4日、18日＝市民相談室 18日＝魚住市民センター 25日＝二見市民センター 13:00～16:00	随時予約受け付け 市民相談室 要予約 TEL918-5002
行政オンブズマン 市による権利利益の侵害 (行政オンブズマン)	5日、12日、19日、26日 13:30～16:30 市民相談室	市民相談室 要予約 TEL918-5050
ギャンブル問題相談 (全国ギャンブル依存症 家族の会)	13日(毎月第2木曜日) 13:00～16:00 市民相談室	随時予約受け付け 市民相談室 要予約 TEL918-5002
●子ども ①こども相談ダイヤル ②子育て相談ダイヤル こどもが抱える悩み・困り事、 子育てに関する悩みなど (保健師・心理士など)	年中無休24時間 ①こどもからの相談を受け付け ②大人からの相談を受け付け	①こども相談ダイヤル ②子育て相談ダイヤル TEL926-2525 ※ヤングケアラーに関する 相談も受け付け
こども養育専門相談 離婚などに伴うこどもの 養育費・親子交流など (元家庭裁判所調査官など)	27日(毎月第4木曜日) 13:00～16:00 市民相談室	2月3日8:55から 電話予約受け付け 市民相談室 要予約 TEL918-5002
あかし子育て相談室 (就学前まで、電話・来所) 子育てに関する悩みなど (子育てアドバイザー)	月～日曜日(26日休所) 9:00～17:00 あかし子育て相談室	あかし子育て相談室 TEL918-5610 来所相談 要予約
里親相談 制度や登録に関する相談 (里親専門ケースワーカー)	月～金曜日 9:00～17:00 あかし里親センター (あかし保健所1階)	あかし里親センター TEL935-9720 予約優先 akashi.satooya@ainote. main.jp

相談名 内容(相談員)	相談日時(2月)と場所	お問い合わせ 予約
●子ども ひとり親家庭相談 ひとり親家庭の相談 (母子・父子自立支援員)	月～金曜日 9:00～17:00 児童福祉課	児童福祉課 TEL918-5182
児童生徒にかかわる 教育相談(電話・面接) 児童生徒の問題行動・ 不登校(教育相談員など)	月～金曜日 9:00～19:00 児童生徒支援課分室 (中崎小学校北校舎4階)	青少年育成センター TEL918-5410 面接相談 要予約
いじめ・体罰相談ダイヤル 学校関係総合相談ダイヤル (弁護士職員など)	月～金曜日 9:00～17:00 市民相談室	市民相談室 TEL918-5253
●その他 男性のための電話相談 男性のさまざまな悩み (男性相談員)	19日(毎月第3水曜日) 18:30～21:30 男女共同参画センター	男性電話相談専用 TEL918-5614
女性のための相談 (電話・面接) (女性問題カウンセラー)	火～土曜日 9:00～17:00 男女共同参画センター	あかし男女共同参画センター 相談受付ダイヤル 要予約 TEL918-5611(火～土曜日) ※25日は休館 ※下記の曜日のほっとライン (電話相談)は予約不要 水曜日 9:00～12:30 金曜日 13:30～17:00
女性のための法律相談 (女性弁護士)	20日(毎月第3木曜日) 13:30～15:30(1人30分) 男女共同参画センター	
認知症相談ダイヤル 認知症に関する相談 (保健師・社会福祉士など)	月～金曜日 9:00～17:40 総合福祉センター2階 ※各地域総合支援センターでも 相談可能	認知症相談ダイヤル TEL926-2200
福祉相談 身体障害者のさまざまな悩み (身体障害者相談員)	月・水～金曜日(24日除く) 9:00～12:00 勤労福祉会館	身体障害者福祉協会 TEL912-3333
障害当事者相談 障害に関する相談 (障害当事者または その家族 ※は家族会)	▷身体＝3日、5日 [*] 、17日、19日 [*] ▷精神＝7日、10日 [*] 、21日 ▷難聴＝12日、26日 ▷視覚＝6日、20日 ▷ろうあ(手話)＝13日、27日 ▷知的＝14日 [*] 、28日 [*] 10:00～14:00 ^{あすく} ASK事務所	^{あすく} ASK事務所 (勤労福祉会館1階) TEL945-5651 FAX945-5652 ask614@snow.ocn.ne.jp
ボランティア相談 ボランティア活動に関する 相談(協議会相談員)	月～金曜日 8:55～17:40 場所は予約時要相談	社会福祉協議会 ボランティアサポーター協議会 TEL924-9105 要予約
DV相談 配偶者・パートナーから の暴力(DV相談員)	月～金曜日 8:55～17:40	配偶者暴力相談 支援センター TEL918-5186
困難な問題を抱える 女性のための相談 (女性相談支援員)	月～金曜日 8:55～17:40	あかし女性SOS 総合サポートセンター TEL918-5206
ひきこもりに関する相談 ひきこもりに関する相談 (保健師・精神保健福祉士・ 社会福祉士など)	月～金曜日 8:55～17:40 あかし保健所3階	ひきこもり相談センター TEL918-5659 yorisoi@city.akashi.lg.jp 面接・オンライン相談 要予約
明石にじいろ相談 (電話・メール・来所) 性的少数者の悩みに 関する相談 (当事者職員ほか)	▶電話＝20日(第3木曜日) 18:00～21:00 ▶来所相談＝随時受け付けて います	インクルーシブ推進課 (電話相談)来所相談 要予約 TEL080-2464-4231 (専用メール) sogie@ city.akashi.lg.jp (来所予約) TEL918-6056
就業相談 就業支援(就労支援員)	火～土曜日 9:00～17:00 (27日のみ夜間相談あり) ①18:00～ ②19:00～ ③20:00～ 男女共同参画センター	あかし男女共同参画センター 相談受付ダイヤル TEL918-5611(火～土曜日) ※25日は休館 ※夜間相談の 予約は5日前まで 面接相談 要予約
若者就労相談 (15～49歳) 就職氷河期世代を含む就労 支援(キャリアコンサルタント)	10日 ①13:00～ ②14:00～ ③15:00～＝市民相談室	あかし若者サポート ステーション 予約優先 TEL915-0677

2月1日は
フレイルの日

フレイル予防に取り組もう

フレイルってなに?

年を重ね、こころやからだ、社会的な機能が低下した、健康な状態と要介護状態の間のことです。早期に気づき対処することで、健康な状態に戻すことができます。

介護が必要になる原因の第1位



転倒・骨折や筋力低下など身体的なフレイルを予防しましょう。座りっぱなしや、じっとしている時間を減らし、こまめに身体を動かしましょう。

個別相談を受け付けています

あなたに合わせたフレイル予防の方法(運動・お口・栄養)について相談してみませんか。詳しくはお問い合わせを。
お問い合わせ／電話またはファクシミリで健康推進課
(TEL 918-5657 FAX 918-5440)へ



詳しくは
こちらから

体を動かして フレイル予防をしてみませんか

ご自宅で

自分のペースで 体操しよう



動画は
こちらから

いろいろな種類の
体操動画を
紹介しています。



ご自宅で

オンライン版

元気アップ体操教室に参加しよう

日時／毎月第2・4木曜日

午後1時30分～2時30分

申し込み／電話またはファクシミリ、メール
(氏名・住所・年齢・電話番号・メールアドレス
を記入)で地域総合支援担当へ



詳しくは
こちらから

ご近所で

みんなで一緒に 体操をしよう



130以上のグループがコミセンや
公民館などで、活動しています。

対象／おおむね65歳以上の市民
費用／無料
(一部参加費が必要な場合あり)

お問い合わせ／地域総合支援担当 (TEL 918-5289 FAX 918-5049 kaigoyobou@city.akashi.lg.jp)

フレイル予防講演会「健康寿命のカギは“口”にあり！」

元気なうちから始めるフレイル予防のポイントを、
劇や体操、歌を交えて分かりやすくお伝えします。

日時 3月8日(土) 午後2時～4時
(午後1時15分～受け付け)

場所 子午線ホール(アスパシア明石北館9階)

定員／250人 費用／無料

申し込み／2月17日(必着)までに、市ホームページの専用
フォームまたは、はがき、ファクシミリ(氏名・郵便番号・住
所・電話番号・参加人数(5人まで)・要約筆記や手話通訳の
有無を記入)で高齢者総合支援室いきいき係
(〒673-8686 市役所内 TEL 918-5166
FAX 918-5133)へ。応募多数時抽選

※当選者のみ2月下旬ごろに入場券を送付



申し込みは
こちらから

17号池魚住みんな公園 ふれあい野球教室

元阪神OB 桑原謙太郎さん・江越大賀さんと、阪神タイガース
アカデミーコーチの大迫玲奈さん・角菜帆さんに、身体の使い方
や心構えなどを教わりながら、一緒に野球を楽しみませんか。

日時 3月15日(土) ※雨天中止

午前10時～正午(午前9時30分～受け付け)

場所 17号池魚住みんな公園 緑のグラウンド

対象 市内在学の小学4～6年生で
野球経験者(チームに所属しているなど)

定員 50人 費用 無料 持ち物 バット、グローブ

申し込み 2月20日(必着)までに右記の専用フォーム、
または同公園(TEL・FAX 939-6077)管理棟窓口で申し
込み。応募多数時抽選 ※結果は3月5日までに郵送予
定。1応募につき2人まで(同じ氏名で複数応募不可)



申し込みは
こちらから

2/11(火・祝) まるごと障害福祉フェア

日時／2月11日(火・祝)

午前10時30分～午後3時30分

場所／あかし市民広場

内容／障害者への障害福祉サービスと事業所紹介、
福祉に関わる就職案内、事業所の自主生産品販売

申し込み／不要、直接会場へ

主催・お問い合わせ／明石障がい者地域生活ケアネットワーク
(TEL・FAX 918-8500)



SNSやっています!

X(旧ツイッター)では市の最新情報や
さまざまなお知らせを、Instagram
では明石のイベントや、季節の写真
を投稿しています。ぜひフォローして
ご覧ください。



AKASHI CITY SNS

X(旧ツイッター)

Instagram

わが家 アイドル

元気いっぱい蒼
葉ちゃん。お姉
ちゃんと仲良く、
すくすく育って
ね!



二見町西二見
さの あおば
佐野 蒼葉ちゃん(1歳6か月)

いつもご機嫌の
たくちゃん☆これ
からお兄ちゃんと
仲良くスクスク
育ってね



中崎
あべ たくみ
阿部 匠海ちゃん(1歳6か月)

我が家の宝物♡
想くん。想くんの
笑顔が大好き。
生まれてきてくれ
てありがとう♡



大久保町西島
かじ そう
梶 想ちゃん(1歳5か月)

生まれてきてく
れてありがとう。
みんな毎日、幸せ
だよ。



大久保町森田
てらさわ れい
寺沢 怜ちゃん(1歳5か月)

広報あかし

No.1422 2月1日号

発行／明石市

編集／政策局 広報プロモーション室 広報課

〒673-8686 兵庫県明石市中崎1丁目5番1号 TEL 078-918-5001(直通) FAX 078-918-5101

☎kouhou@city.akashi.lg.jp

http://www.city.akashi.lg.jp/

明石市

検索

明石市広報番組

市の情報を市民の皆さんへお届け

明石ケーブルテレビ 地デジ11ch 月～日曜日 午後 8時～ 8時15分
「海峡のまち 明石」 火～日曜日 午前10時～10時15分

- 2月2日まで「兵庫県南部地震から30年」
- 2月3日～16日「こども第三の居場所オープン」

明石市
ホームページでも
過去の番組を
ご覧いただけます