

勤労福祉会館の催し

場・間 勤労福祉会館  
(TEL 918-5422 FAX 918-5423 火曜日休館)  
▶**卓球無料開放&バドミントン体験会**  
こどもの日に卓球台とバドミントンコーナーを無料開放します。  
時 5月5日午前9時～午後4時50分(受け付け午後4時まで)  
対 どなたでも(1組2人以上、小学生以下は保護者同伴)  
持ち物/上靴(ラケット・ピン球・バドミントンの貸し出しあり)  
申 不要、直接会場へ  
▶**スマホ教室**  
～スマホではじめる災害の備え～  
主 同会館、ソフトバンクスマホセミナー事務局  
時 5月8日午前10時～11時30分  
対 スマホを持っている人  
定 20人  
申 4月20日から同会館窓口または電話で受け付け。[先着]



ふれあいの里の催し

①ふれあいの里中崎(中崎 1-2-22)  
(TEL・FAX 913-6200)  
「何が出るかな?びっくり箱～演奏・詩吟・歌唱・手品・朗読など～」  
時 5月24日午後1時30分～2時30分  
内 エンターテインメントボランティアびっくり箱さんと楽しく演奏会  
②ふれあいの里大久保(大久保町大窪 3423)  
(TEL・FAX 936-5048)  
▶「**簡単フレイルチェックで自分の弱点チェック!**」  
時 5月22日午後1時30分～2時30分  
内 フレイルに関する講話と簡易チェック  
▶「**ワイヤーアート体験～ワイヤーを使ってお花づくり～**」  
時 5月28日午後1時30分～3時  
内 色付きワイヤーを使って可愛いお花づくり  
費 500円(材料費)  
③ふれあいの里魚住(魚住町西岡 367-4)  
(TEL・FAX 947-1202)  
「自分らしく生き続けるための準備～人生会議をしてみませんか?～」  
時 5月27日午後1時30分～3時  
内 カードを使ってゲームをしながら、もしもの時の備えについて考える  
いずれも 対 60歳以上の市民  
定 20人  
申 4月20日午前9時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)で各施設へ。  
[先着]



ふれあいプラザあかし西の催し

場・申・間 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4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 5月18日午前11時～(約1時間)  
内 「リンガーズあかね」によるハンドチャイム演奏と手遊び  
定 90人  
②**すくすく計測**  
時 5月8日午前10時～11時45分(予約優先)  
内 身長・体重測定、育児や離乳食に関する相談など  
対 未就学児と保護者  
③**ふれあいカルチャー教室**  
▶**ニュースポーツ「ラダーゲッター」**  
時 5月11日午後2時～3時  
定 15人  
▶**「楽しく折り紙」**  
時 5月18日午後2時～3時  
定 15人  
費 1人100円  
いずれも 対 障害者手帳をお持ちの人(付き添い可)



オレンジサポーター養成講座【オンライン講座】

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を見守るオレンジサポーターになるための講座です。  
時 4月28日午前10時～11時30分  
対 市内在住・在勤の人  
申 4月24日までに電話、ファクシミリまたはメール(講座名・開催日・住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを記入)で高齢者総合支援室高年福祉係(TEL 918-5288 FAX 918-5106 ①kourei-fukushi@city.akashi.lg.jp)へ



コラージュで自己表現

時 6月25日午後2時～4時30分  
場 ウィズあかし(アスパア明石北館7階)  
内 コラージュで自己表現を楽しむ  
対 18歳以上で、コラージュでの自己表現に興味のある人  
持ち物/作品を入れる袋  
定 8人程度  
費 500円(画材代)  
申 4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・お住まいの地域・一時保育の有無を記入)で同施設(TEL 918-5603 FAX 918-5618 ①oubo@withakashi.jp)へ。  
[先着] ※1歳半～就学前の子どもの一時保育あり(6月18日までに要予約・保険料1人100円・先着5人)

スポーツ&アウトドア

石ケ谷自然体験教室～さつまいも苗植え体験&石ケ谷大冒険～



10月ごろの収穫を目指して、さつまいもの苗を植えてみませんか。公園内を散策しながら、クイズにも挑戦!  
時 5月3日午後2時～3時30分  
※雨天の場合は5月4日に延期  
場 石ケ谷公園 子ども達の自然体験農園  
定 25人(小学生以下は保護者同伴)  
費 1人1000円(保険料込み)  
申 4月30日までに中央体育会館(TEL 936-6621 FAX 936-6624)窓口または電話で受け付け。[先着]

明石海浜公園・魚住北公園 4～6月スポーツ開放

▶**魚住北公園**  
(TEL・FAX 947-4050)  
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  
▶**明石海浜公園**  
(TEL 943-0873 FAX 942-8650)  
①**バスケ自主練**  
時 第2・4月曜日午後7時～8時30分  
対 中学生以上  
費 1回300円  
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  
※4月29日、5月6日は中止  
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



おとなの教室 スタンドアップパドルボード体験

時 6月11日=午前10時～正午、12日=午前10時～正午、午後1時30分～3時30分  
対 市内在住の18歳以上  
定 各回4人  
費 1人3000円  
申 6月5日まで少年自然の家(TEL 947-6181 FAX 948-5046)で電話受け付け中。[先着]



少年自然の家 ボランティアリーダー募集

カヤック・SUP・野外炊飯など子どもの自然体験活動をサポートするボランティアを募集します。  
登録期間/4月～来年3月  
対 高校生、大学生、専門学校生  
申 電話で同施設(TEL 947-6181 FAX 948-5046)へ ※詳しくはホームページで確認を



園芸

花と緑の学習園(上ヶ池公園内)の催し

場・間 同学習園  
(TEL 924-6111 FAX 924-6121)  
▶**春の山野草展**  
時 4月26日=午前9時～午後5時、27日=午前9時～午後4時  
内 席飾り、寄せ植え、単鉢の三部門に分けて愛好家が育てた山野草約200鉢を展示  
▶**園芸講習会「初夏の寄せ植え」**  
時 5月17日午後1時30分～3時30分  
定 16人  
費 2600円  
申 4月18日午前9時から同学習園で電話受け付け。[先着]



菊花栽培教室「大菊三本立て」(全4回)

時 ①5月10日午後1時～2時30分  
②6月21日午後1時～2時30分  
③7月19日午後3時～4時30分  
④9月6日午後3時～4時30分  
場 市菊花栽培場(明石公園内)  
定 20人  
費 2400円(材料費・テキスト代含む全4回分)  
申 4月18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。[先着]

花と緑のまちづくりセンター(明石公園内)の催し

場・申 4月15日午前9時から同センター(TEL 918-2405 FAX 919-5186)ホームページの専用フォームで受け付け。  
[先着] 詳しくはこちらから  
▶**誰もが楽しめるランの魅力**  
時 5月3日午後1時30分～3時30分  
定 20人  
費 100円  
▶**ガーデンデザイン～形・色・材質のコーディネートレッスン～**  
時 5月11日午後1時30分～3時30分  
定 20人  
費 100円

