広報あかし

https://www.city.akashi.lg.jp/
No.1429
5月15日
2025年(令和7年)

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

\ええとこ明石/

明石を楽しもう

明石の魅力をシリーズで紹介。初回は、
初夏の風が心地よいこの季節に訪れてほしい
海岸線沿いをピックアップします。

松江～中八木で取材させていただきました。ご協力ありがとうございました。

明石のたからもの ご当地クイズ

答えは2-3面に

1 東は明石川西岸から、海岸沿いに林崎、松江を通って江井島まで続く約8キロメートルの散歩道を何というでしょうか。
サイクリングにジョギング、ウオーキングと楽しみ方はいろいろあります。

□の散歩道

①海　②浜

2 1931年（昭和6年）、直良信夫（なおらのぶお）さんが西八木海岸で発見した人の腰骨の化石はのちに何原人と名付けられたでしょうか。さまざまな研究が行われましたが、未だにどの時代にいたかは謎のままです。

□□原人

①八木　②明石

3 林崎・松江海岸沖の海底にある赤石の伝説で、恋人に会うため海を渡ろうとした男が乗っていた動物は何でしょうか。
「赤石」は明石の地名の由来の1つといわれています。

□□

①シカ　②ウマ

SDGs 未来安心都市 明石市

市域 49.41㎢

市の人口と世帯数
2025年(令和7年)5月1日現在
※( )内は前月比

人口 306,290人(−74人)

世帯 139,262世帯(+153世帯)

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(8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

走って感じる明石の風 サイクリング

明石海峡大橋や淡路島を臨む「浜の散歩道」を自転車に乗って巡りました。松江から江井島まで約８㌔㍍あり、沿道にはアカシゾウや「明石原人」が発掘された場所、明石という地名の由来が書かれた碑もあり、歴史が感じられます。

お問い合わせ／広報課（TEL918-5001　FAX918-5101）

あかしの景観市民アンケート(2024)から

未来に残したい景観として、海への眺め、海岸、港の回答が多くありました。

江井島の海岸からの景色に一目ぼれ

淡路島を望む景色や、海の眺望をこれからも残したい

浜の散歩道。早朝、明石海峡を背にのぼる日の出は最高です

NEW

サイクルラックを新たに設置しました

海岸沿いのトイレ付近などに９基のサイクルラックを設置。自転車置き場があることで、歩行者の安全も確保します。休憩のときにお使いください。

アカシゾウ化石発掘地

約120～180万年前に生息していたアカシゾウの発掘地。西側には、「明石原人」の腰骨が発見されたところも。

江井島海岸

ヤシの木が立ち並ぶ白い砂浜からは、明石海峡や淡路島を一望できます。江井島の由来（エイが向かってくる嶋、ええ水が出る井戸のある嶋）が描かれた石碑（写真）も。

海沿いを散歩することが日課です

明石原人の壁画

八木遺跡公園の少し東側にあるモザイクパネル。東播磨地域の海岸の変遷を表しています。

西側入り口

冬に播磨灘で見られるだるま夕日

＼みんなで魅力発信!!

このアイコンが目印です

市のインスタグラムでは、明石のイベントや季節の写真、ショート動画などを投稿しています。

＃浜の散歩道　＃ええとこ明石のハッシュタグをつけてみなさんも明石の写真を投稿してくださいね。

県のインスタグラム、「東はりま・北はりまサイクリング」もぜひご覧ください

@cycling.enharima

で楽しむ 浜の散歩道

赤石の碑

矢に射られたシカが血で赤く染まり、そのまま岩（赤石）になったという伝説は、「あかし」という地名の由来の1つ。その岩は現在、林崎・松江海岸の沖に沈んでいます。

天気がいい日は最高です

明石川と並走しながら海風を感じよう

@thefantasticburger

東側入り口

ハマヒルガオも見ごろです

@granato__05.08

@babbulkund

日陰で休憩
暑さ対策もお忘れなく

県内8か所の「ひょうごサイクリングモデルルート」を紹介する看板も。サイクリングで各地の魅力を感じてみよう。

松江

八木遺跡公園

自転車に乗るときは

- 自転車に乗るすべての人の乗車用ヘルメットの着用が、道路交通法で「努力義務化」されています。
- 車道の左側を走りましょう。（歩道を走るには、一定の条件があります）
- スピードの出しすぎに注意し、歩行者優先で走りましょう。

「西明石地域交流センター icotto(いこっと)」の3階図書スペースをみんなで考えよう

ワークショップ参加者 募集

2026年度完成予定の西明石地域交流センター(いこっと)icottoが「本と出会い、人とつながる交流の場」となるように、まずは、「3階図書スペース」についてワークショップを行います。他のフロアについても心地良い居場所となるよう、今後みなさんと対話していきます。

日時／6月8日(日)午後2時～4時
場所／サンライフ明石　**対象**／市内在住・在勤・在学、市内において事業活動や市民活動を行う個人または団体
定員／40人　**申し込み**／6月3日まで、市ホームページの申込フォームで受け付け。応募多数時抽選
※手話通訳など配慮が必要な人は申し込み時に選択を
お問い合わせ／プロジェクト推進室(TEL918-5283　FAX918-5136)

詳しくはこちらから

委員募集　地域自立支援協議会

障害者計画および障害福祉計画・障害児福祉計画の推進や、地域における障害者などへの支援体制づくりについて、意見や提案を行う委員を公募します。
対象／市内在住の満18歳以上(8月1日現在)の人で、平日昼間の会議に出席でき、市が設置している他の審議会などを5つ以上兼ねていない人
定員／4人
任期／委嘱の日(8月予定)から3年間
申し込み／応募用紙に必要事項を記入し、「応募の動機および障害のある人の生活についてあなたが感じていること」についての小論文(800字以内)を添えて6月13日までに持参または郵送、ファクシミリ、メールで障害福祉課(〒673-8686　市役所本庁舎1階　TEL918-5160　FAX918-5244　✉shoufuku@city.akashi.lg.jp)へ
※応募用紙は同課、あかし総合窓口、行政情報センター、各市民センターで配布するほか、市ホームページにも掲載。詳しくはお問い合わせを

国民健康保険料賦課に関する所得調査

国民健康保険課賦課係(TEL918-5022　FAX918-5105)

令和7年度国民健康保険料の計算のため、加入者のうち所得の確認が必要な人へ、5月下旬に「令和7年度国民健康保険料賦課に関する所得調査について」を郵送します。令和6年1月1日～12月31日に所得がなかった場合でも、保険料の軽減などに必要なため、必ず提出してください。

傍聴者募集

▶第4回 明石市上下水道事業経営審議会
日時／6月9日(月)午後2時～　**場所**／県水産会館4階第5会議室(中崎1-2-3)　**内容**／水道事業の将来的な財政見通しなど　**定員**／10人
申し込み／6月5日までに、上下水道局水道経営課(TEL918-5064　FAX911-4066　✉meisuikei@city.akashi.lg.jp)で先着順に受け付け

▶財政及び公共施設のあり方に関する検討会(公共施設第1回)
日時／6月1日(日)午後1時～　**場所**／市役所本庁舎8階806AB会議室　**内容**／公共施設配置適正化計画の改定概要など　**定員**／20人　**申し込み**／5月29日午後5時までに、財務室公共施設担当(TEL918-5086　FAX918-5125　✉zaiken@city.akashi.lg.jp)で先着順に受け付け。申込フォームからも申し込み可

申し込みはこちらから

水道事業の経営状況とこれから市民説明会

上下水道局水道経営課(TEL918-5064　FAX911-4066)

次期水道事業経営戦略の策定に向けた水道事業経営状況などについて市民説明会を開催します。

開催日時	会場
5月24日(土)午前10時	魚住市民センター 中会議室
5月24日(土)午後3時	二見市民センター 第1会議室
5月31日(土)午前10時	ウィズあかし(アスピア明石北館7階)
5月31日(土)午後3時	大久保市民センター第2・3会議室
6月3日(火)午後7時	オンライン開催(事前申し込み)

※各回90分
申し込み／不要、直接会場へ　※要約筆記、手話通訳が必要な人は各開催日の7日前までに連絡を

詳しくはこちらから

公共施設にかかるアンケートを実施します

財務担当(公共施設担当)(TEL918-5086　FAX918-5125)

公共施設の老朽化に伴う建替・改修が財政運営上の課題となる中で、公共施設配置適正化計画の改定の検討に活用するためにアンケートを実施します。
期間／6月2日(月)まで
内容／公共施設の今後のあり方や、廃止・民営化を検討する施設に対する考え方など

回答はこちらから

6月7日 明石市平和祈念式典(戦没者追悼式)

過去の戦争により犠牲となった人を追悼し、平和を祈念するために「明石市平和祈念式典(戦没者追悼式)」を開催します。
日時／6月7日(土)午前11時～(受け付け午前10時30分～)　※荒天時中止の場合あり。中止時はホームページに掲載　**場所**／市民会館中ホール
申し込み／5月29日までに、申込フォーム・電話・ファクシミリ(住所・氏名・電話番号を記入)で人権推進課(TEL918-5058　FAX918-5131)へ

申し込みはこちらから

建築物の吹付けアスベストの調査費や除去工事費を補助します

建築安全課(TEL918-5046　FAX918-5109)

▶アスベスト調査費補助
内容／アスベストの有無の分析調査
対象／アスベストを含有しているおそれのある吹付け建材が施工されている建築物
補助金額／全額(上限25万円)

▶アスベスト除去等工事費補助
内容／吹付けアスベストの除去・封じ込め・囲い込み
対象／アスベストを含有している吹付け建材が施工されている建築物　※用途・規模の制限あり
補助金額／工事費の3分の1(上限200万円)
いずれも**申し込み**／先着順に受け付け。予算額に達し次第終了。
※解体予定の建築物は補助対象外。詳しくは市ホームページで確認を

詳しくはこちらから

リユース・リサイクルでごみ減量を

資源循環課(TEL918-5794　FAX918-5793)

▶リサイクル家具を展示しています

リサイクル家具(有料)常設展示場(クリーンセンター1階)では、展示家具を2か月ごとに入れ替えし、その都度抽選販売しています。
開設時間／午前8時30分～午後4時(日曜日は除く)

詳しくはこちらから

▶小型家電と天ぷら油のリサイクルにご協力を

一般家庭からの使用済小型家電(パソコン・携帯電話・プリンターなど48品目)と使用済み天ぷら油の回収・リサイクルを行っています。
回収された小型家電には希少金属が含まれており、再生され新たな製品に生まれ変わります。また、天ぷら油はバイオディーゼル燃料に変えて、市のごみ収集車などで使用しています。
※小型家電回収ボックスの設置先など、詳細は市ホームページで確認を

詳しくはこちらから

明石市 トライやる・ウィーク　6/2(月)▶6(金)

市立中学校13校と養護学校1校の2年生2636人が、事業所などで体験活動を行う「トライやる・ウィーク」が6月2日(月)～6日(金)の5日間行われます。職業体験・ボランティア体験などの機会や場所の提供、指導などに市民の皆さんのご協力をお願いします。
お問い合わせ／学校教育課(TEL918-5055　FAX918-5111)

民間保育所・認定こども園 保育士就職フェア in 明石

市保育士総合サポートセンター(TEL918-5268　FAX918-5163)

市内の民間保育所や認定こども園に就職を希望する人向けに保育士就職フェアを開催します。

園長や保育士の話を直接聞くことができます。お気軽に来場を。

日時／6月15日(日)第1部=午前11時～午後1時、第2部=午後2時～4時　**参加予定法人数**／33法人　**場所**／あかし市民広場　**対象**／保育の職場に就労を希望する学生(学年不問)、一般求職者　**費用**／無料

申し込み／不要、直接会場へ(入退場自由)

詳しくはこちらから

ゲートキーパー養成講座

相談支援課(TEL918-5669　FAX918-5440
hi-soudan@city.akashi.lg.jp)

あなたの身近な人が悩みを抱えて苦しんでいるときに寄り添えるよう、悩んでいる人への声のかけ方、必要な支援へのつなぎ方などについて学んでみませんか。

日時／6月27日(金)午後2時～3時30分
場所／あかし保健所2階201会議室
対象／市内在住・在勤・在学の人
定員／40人　**申し込み**／6月20日までに、右記QRの申込フォーム・電話・メールで同課へ。先着順

申し込みはこちらから

▶出前講座も実施中!
日時／応相談(専門の講師を派遣)
対象／市内の企業・各種団体など
申し込み／左記QRの申込フォーム・電話・メールで同課へ。

申し込みはこちらから(出前講座)

救助訓練の一般公開

消防署(TEL918-5273　FAX918-5983)

消防局では、救助訓練の一般公開を行っています。これは8月30日(土)に兵庫県三木市で開催される「第53回全国消防救助技術大会」出場に向けた訓練です。また、訓練内容などの質問には救助隊員がお答えします。

日時／5月16日(金)～7月18日(金)まで　午後2時～5時　**場所**／消防局(藤江924-8)

2025 健康フェスタ in Akashi ～見つけよう！健康づくりのMyルーティン～

熱中症予防に関する展示や血管年齢測定、適塩みそ汁の試飲など、健康づくりについてスタンプラリー形式で学びませんか。スタンプを集めて景品をゲット！(先着順)

日時　6月7日(土)　正午～午後3時　無料
場所　あかし市民広場　**定員**　400人程度
申し込み　不要、直接会場へ

詳しくはこちらから

歯ブラシのリサイクルも
使い終わった歯ブラシを持って行くと新品ハブラシをプレゼント！

熱中症を予防しましょう　汗をかく習慣をつけよう！

気温が高くなり始める5月ごろから、熱中症が発生します。人は汗をかくことで体温調整をしていますが、今の時期はまだ体が暑さに慣れていません。運動など汗をかく習慣を取り入れて、本格的な暑さに備えましょう。

初夏におすすめ 熱中症対策

体を動かすなど、汗をかく機会・量を増やしましょう

- 筋トレやストレッチなどの運動をする
- 湯船で体を温めて汗をかく
- 水分をしっかり補給する

「スキ間時間」に10分エクササイズ動画はこちらから

大切な人をたばこの煙から守ろう　5月31日は世界禁煙デー　5/31～6/6は禁煙週間

たばこの煙を吸うことによりさまざまな病気を発症する危険性が高まります。自分自身や大切な人のために、禁煙に挑戦してみませんか。

保健師が相談にお応えします

無料禁煙相談

日時／月～金曜日　午前9時30分～午後4時（1人30分）
場所／あかし保健所3階
申し込み／希望日の1週間前までに、電話かファクシミリ(禁煙相談希望、相談希望日、住所、氏名、年齢、簡単な相談内容を記入)で健康推進課へ

喫煙時は周囲への配慮を

駅周辺や建物の出入口付近など、人通りの多い場所での喫煙は控えましょう。

お問い合わせ／健康推進課（TEL918-5657　FAX918-5440）

いろいろな方法で広報紙をお届けしています

問広報課（TEL918-5001　FAX918-5101）

スマートフォン用無料アプリ「マチイロ」

より手軽に多くの皆さんに閲覧していただけるよう、スマホ用無料アプリで広報紙を配信しています。

登録方法
①QR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

Android版　iOS版

新聞をとっていない人はポスティングの登録を

新聞をとっていない世帯には無料のポスティング(戸別配付)を行っています。専用フォーム(右記QR)から申し込み、または広報課へお電話を。

魚住文化財収蔵庫

お問い合わせ／文化・スポーツ室歴史文化財担当（TEL918-5629　FAX918-5633）

瀬戸川流域で大寺院跡を発見！

魚住町西岡の瀬戸川河口付近で飛鳥時代から平安時代にかけての建物跡や遺物が発見されました。

寺院によく用いられる鉄鉢形須恵器のほか、法隆寺や正倉院に伝わっているものと同様の銅碗が見つかっており、大寺院があったことが判明しました。

◀発見された建物跡

▶出土した遺物

魚住町清水では、弥生時代前期の集落跡や同時代後期の竪穴住居跡が見つかり、古くから人が居住していたことが明らかになりました。

企画展 瀬戸川流域の遺跡展

観覧無料

発掘調査で出土した土器・瓦など遺物の一部と遺跡のパネルを展示します。

期間／6月29日(日)まで
午前9時～午後5時
(月曜日休館)
場所／魚住文化財収蔵庫
(魚住町西岡2119-23)

詳しくはこちらから

情報アラカルト

主主催　時日時　場場所　内内容　対対象　定定員　申お申し込み
費費用（記載のないものは無料）　先着先着順　抽選応募多数時抽選
問お問い合わせ（電話で記載のない市外局番は078）

5月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	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	31

6月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	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

マイナポータルで国民年金の電子申請ができます

マイナンバーを活用して、スマートフォンやパソコンで申請ができます。
※初めて利用する人は年金手続きにかかる利用者登録が必要
＜主な手続き＞
①国民年金第1号被保険者加入の届出(退職後の厚生年金からの変更など)　②国民年金保険料 免除・納付猶予の申請　③国民年金保険料学生納付特例の申請など
対国民年金に加入している人、これから加入する人
問ねんきん加入者ダイヤル
(TEL0570-003-004)
※詳しくは日本年金機構ホームページで確認を

6月1日 証明書コンビニ交付サービス休止

マイナンバーカードを利用して、コンビニのマルチコピー機で住民票の写しなどを発行するコンビニ交付サービスのメンテナンスを行います。下記の日程は証明書の発行ができません。ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いします。
休止日／6月1日(終日)
問住民票・印鑑証明=市民課
(TEL918-5020　FAX918-5138)、所得・課税証明=市民税課
(TEL918-5014　FAX918-5104)

あかし創業パネル展

主・問㈱日本政策金融公庫明石支店
(TEL0570-062017(ナビダイヤル)
FAX912-7875)
時5月21日～6月3日
場あかし市民図書館
内日本政策金融公庫などが支援した創業事例や、「高校生ビジネスプラン・グランプリ」のパネル展示、関連冊子などの展示
申不要、直接会場へ

献血にご協力を

▶明石運転免許更新センター
時5月18日　午前9時～午後0時30分、午後1時45分～3時

▶イオン明石ショッピングセンター
時5月25日　午前10時15分～午後0時15分、午後1時30分～4時

あかし里親センターのお知らせ

▶ボランティア里親入門講座
時6月10日午後2時～4時
場ウィズあかし(アスピア明石北館7階)
内ボランティア里親の説明や里親の体験談　※ボランティア里親とは、夏休みや年末年始・週末などに数日～1週間程度、施設で生活している子どもを預かる里親さんのことです
申6月9日までに、電話、はがき、ファクシミリ、メール(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で同センター(〒674-0068　大久保町ゆりのき通1-4-7　TEL935-9720　FAX935-9721　akashi.satooya@ainote.main.jp)へ。先着

▶里親説明会
時6月27日午後6時30分～8時
場ウィズあかし(アスピア明石北館8階)
内里親・養子縁組の説明、個別相談
申不要、直接会場へ

第5回 あかし戦跡めぐり ～現場で空襲の話を聞く～

主・問ピースネット明石
(TEL・FAX912-2797)
時5月31日午前10時集合
(小雨決行・行程1時間30分程度)
場JR明石駅北口集合
内JR明石駅北口～大聖寺～文化博物館～明石公園(明石空襲の碑)～明石城の櫓で解散
対どなたでも
持ち物／帽子、水筒など
申不要、直接集合場所へ

播州明石縁日

主・問縁日実行委員会運営事務局
(TEL・FAX0794-88-6969)
時5月24日・25日午前10時～午後5時
場明石公園 西芝生広場
内ステージイベント、移動水族館、乗馬・電動カー体験、プリンセス体験、雑貨販売など
申不要、直接会場へ

子育て支援センターの催し

主ふる一つばすけっと
申記載のないものは直接会場へ
(☆は出張ひろば、会場にご注意を)
詳しくはこちらから

▶子育て支援センターにしあかし
(TEL・FAX965-6847)

6/6 9:30～10:00	親子ヨガ(先着8組・5月23日午前9時～来所・電話で受け付け)
6/11 9:30～12:00	言語相談(予約優先・午前11時30分受付終了)
6/12 10:00～11:00	薬剤師さんのお話
☆6/20 10:00～11:45	(野々池コミセン)絵本と子育ての部屋ミニ・身体測定・プレイルーム

▶子育て支援センターおおくぼ
(TEL・FAX936-7661)

☆6/4 10:00～11:45	(高丘コミセン)絵本と子育ての部屋ミニ・身体測定・プレイルーム
6/10・6/24 10:00～12:00	子育てナビゲーターによる子育て相談(当日受け付け・午前11時30分受付終了)
☆6/19 10:00～12:00	(東江井安心コミュニティプラザ)ふれあい遊び・身体測定・プレイルーム 10:15～10:45てくてくベビーマッサージ(生後6か月まで・先着8組・6月5日午前9時～来所・電話で受け付け)
☆6/24 10:00～11:45	(山手小コミセン)親子ふれあい遊びミニ・身体測定・プレイルーム

▶おおくぼ2階 こども図書室
(TEL・FAX936-0126)

6/12 11:15～11:30	おはなしの会
6/19 10:45～11:15	英語であそぼう
6/29 10:00～11:00	あかし出前講座「時や時間のお話」※工作あり(3歳～小学生の子どもと保護者・先着20人・6月1日午前9時～28日午後4時まで来所・電話で受け付け)

▶子育て支援センターうおずみ
(TEL・FAX203-8494)

☆6/3 10:00～11:45	(浜西コミュニティプラザ)絵本と子育ての部屋ミニ・身体測定・プレイルーム
☆6/17 10:00～11:45	(魚住市民センター)親子ふれあい遊びミニ・身体測定・プレイルーム
6/18 9:30～12:00	離乳食&幼児食栄養相談(予約優先・午前11時受付終了)
6/20 10:00～11:00	薬剤師さんのおはなし

募集

第27回「人間サイズのまちづくり賞」

兵庫県では地域が主体となったまちづくり活動や花緑活動など、優れた功績のあった団体などを顕彰しています。
募集部門／まちづくり活動部門、花緑活動部門　※自薦・他薦は問いません
申6月13日までに応募用紙(県ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、郵送またはメールで兵庫県まちづくり部都市政策課都市政策班(〒650-8567　神戸市中央区下山手通5-10-1
TEL341-7711
toshiseisaku@pref.hyogo.lg.jp)へ
詳しくはこちらから

教室・講座

ふれあいプラザあかし西の催し

場・申・問ふれあいプラザあかし西
(TEL945-0294　FAX945-0295)
窓口または電話で受け付け中。①は5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6月15日
午前11時～
(約1時間)
内「あかねコーラスサークル&ひだまり」による合唱
定90人

②ボランティア体験教室
「点字体験～点字の名刺を作ろう!～」
時6月5日午後2時～3時
定15人

③ふれあいカルチャー教室
▶卓球
時6月8日
午後2時～3時
定15人

▶陶芸
時6月21日午後2時～3時30分
内陶芸作品づくり
定12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)

④JOYくらぶ
時6月29日午後2時～3時
内トランポリン、ボール体操など
対知的に障害のある人(付き添い可)
定15人

のぶくんのおまつり玉手箱

主NPO法人明石おやこ劇場
時6月14日午後2時～3時
(午後1時30分開場)
場勤労福祉会館
内北から南まで日本のお祭りを舞踊と唄と語りでお届け
対どなたでも
定100人
費1人1500円(3歳以上)
申右記QRの専用フォームで受け付け中。先着
問勤労福祉会館(TEL 918-5422　FAX 918-5423　火曜日休館)

申し込みはこちらから

ふれあいの里の催し

①ふれあいの里中崎
(中崎1-2-22　TEL・FAX913-6200)
▶楽しく運動！トリコロキューブ
時6月16日午後1時30分～2時30分
内柔らかなサイコロを得点マットに投げるトリコロキューブを体験
対市民
定20人
②ふれあいの里大久保
(大久保町大窪3423
TEL・FAX936-5048)
▶いきいき100歳体操
時6月20日午前10時30分～11時20分
内介護予防に役立つ「ソフト筋トレ」を楽しく行う体操
対60歳以上の市民
定40人
③ふれあいの里二見
(二見町西二見605-1
TEL・FAX943-4001)
▶明石発祥！ACE(エース)ボールで心身の健康づくり！
時6月15日午前10時～11時30分
内転がしたボールにリングを投げる「ACEボール」で楽しく健康づくり
対60歳以上の市民
定20人
いずれも申5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

にこにこ粋(いき)・生き健康教室 脳トレで、いきいき体操

時6月17日午後2時～3時30分
場総合福祉センター
内講師による体操指導、運動とバイタル測定(血圧・脈拍)
対市内に住む障害者手帳を持つ人、または60歳以上
定30人
申5月19日～30日の午前9時～午後5時30分に窓口または電話、ファクシミリ、メール(教室名・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・障害者手帳の有無を記入)で同センター(TEL 918-5660　FAX 918-5661　soufuku@akashi-shakyo.or.jp)へ。先着

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①6月7日　②6月28日
いずれも午前10時～11時30分
場あかしこども広場(パピオスあかし5階)
内①親の期待・子どもを上手くほめるコツ　②子どもの「キラリ」を磨くコツ
対3歳程度～小学生の子どもの保護者
定各30人
申①6月1日、②6月23日までに子育て応援ほほえみ隊
(TEL・FAX947-8884)
電話または専用フォームで受け付け。先着　※託児あり(要予約・先着順)

詳しくはこちらから

明石医療センター 市民公開講座 睡眠時無呼吸症候群セミナー

時5月31日午後1時～2時30分
(午後0時30分開場)
場市民会館 中ホール
内講演「日常に潜む睡眠時無呼吸症候群」、健康いきいき体操
定400人
申不要、直接会場へ
問帝人ヘルスケア㈱神戸営業所
(TEL271-0202　FAX271-0205)
※詳しくは明石医療センターホームページで確認を

ウィズあかしからのお知らせ

主・問同施設(アスピア明石北館
TEL 918-5603　FAX 918-5618
oubo@withakashi.jp)

①避難訓練コンサート「もしもコンサート中に…」
時6月15日午後1時30分～4時
場子午線ホール(アスピア明石北館9階)
内もしも大規模施設内にいるときに災害が起こったら…を想定した避難体験(訓練)、防災ミニ講座、コンサート鑑賞
コンサート演奏／明石フィルハーモニー・ジュニア・オーケストラ
対どなたでも
定100人程度
申5月20日午前9時から専用フォームまたは窓口、電話、ファクシミリ、メール(イベント名・氏名・年代・電話番号・メールアドレス・参加人数を記入)で同施設へ。先着

申し込みはこちらから

②Like Cafe(ライク カフェ) ～つむぎ～
カフェのような雰囲気で、自分の「好き」を共有できるみんなの居場所です。
時毎月第2土曜日=午後3時～5時、毎月第3金曜日=午後6時～7時30分
場ウィズあかし(アスピア明石北館7・8階)
費ドリンク代100円(おやつ代)
申不要、直接会場へ

詳しくはこちらから

シニア向け手話講座

時7月5日～9月13日　毎週土曜日
午前10時～正午(全10回)
場ウィズあかし(アスピア明石北館)
対おおむね60歳以上の市内在住、または在勤で、手話を学ぶことが初めての人
定20人
費880円(テキスト代)
申5月29日(必着)までに専用フォームまたは郵送、ファクシミリ、メール(氏名とふりがな・年齢・郵便番号・住所・電話番号・FAX番号・メールアドレス・受講の動機・テキスト購入の有無を記入)で障害福祉課(〒673-8686 市役所内　TEL918-1344
FAX918-5134
syogai_haken01@city.akashi.lg.jp)へ。抽選

詳しくはこちらから

スポーツ&アウトドア

石ケ谷自然体験教室 梅実摘み取り体験イベント

時6月14日　①午後1時30分～2時30分　②午後3時～4時
※小雨決行、雨天の場合は6月15日に延期
場石ケ谷公園梅園
内梅実を摘んで、公園で用意したビニール袋(1人1袋)に詰めてお持ち帰り
対高校生以上
定各回100人
費1人500円(保険料・袋代込み)
※軍手・長袖着用
申5月31日(必着)までに、往復はがきの往信裏面に「梅実摘み取り体験参加希望」・参加希望者全員の住所・氏名とふりがな・年齢・電話番号を記入し、中央体育会館(〒674-0053　大久保町松陰1126-47
TEL936-6621　FAX936-6624)へ。抽選　※時間の希望不可。1枚のはがきで2人まで。消えるペン不可

魚住北公園 第2期テニス教室

期間／6月17日～10月10日毎週火・水・木・金曜日のいずれか(全8回)
【Aコース】　初級～初中級
【Bコース】　初中級～中級
【Cコース】　中級～中上級
いずれも対18歳以上
定各15人
費1万円
申5月31日(必着)までに、往復はがきの往信裏面に教室名・曜日とコース名・住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号を記入し、同公園事務所(〒674-0072　魚住町長坂寺1242-7
TEL・FAX947-4050)へ。抽選

詳しくはこちらから

明石公園 さわやか早朝太極拳の集い

主・問市太極拳協会
(TEL・FAX922-6414・起豫(きよ))
時5月25日～8月3日の毎週日曜日
午前7時～8時(6月15日除く・全10回)　※雨天中止
場明石公園 東芝生広場
内太極拳、練功十八法(中国の健康体操)
対どなたでも
申不要、直接会場へ

少年自然の家の催し

①たこフェスティバル
時7月19日
午前10時～
午後4時
定20人
費3500円

②ネイチャーキッズ ～海を満喫しよう♪～

時7月26日
午前10時～
午後4時
定25人
費2500円
いずれも対市内在住の小学生
申①7月3日、②7月10日の午後1時まで同施設
(TEL 947-6181　FAX 948-5046)ホームページで受け付け中。抽選

詳しくはこちらから

園芸

園芸講習会「アジサイの育て方」

場・問花と緑の学習園(上ケ池公園内
TEL924-6111　FAX924-6121)
時6月14日午後1時30分～3時30分
定36人
費100円
申5月18日午前9時から同学習園で電話受け付け。先着

植物の病気・害虫防除法

場・問花と緑のまちづくりセンター(明石公園内　TEL918-2405
FAX919-5186)
時6月7日午後1時30分～3時30分
定20人
費100円
申5月15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。先着

申し込みはこちらから

パパ応援DAY

今年もお父さんと一緒に楽しもう！

パパの家事・育児の積極的な参加を応援するため親子で楽しめる「パパ応援DAY」を開催します。

運営を手伝う**スタッフパパ**(ボランティア)も大募集

日時　6月14日(土)

場所　ウィズあかし(アスピア明石北館8階)

費用　無　料

◀ホームページはこちらから

パパクエスト ～遊びの冒険に出かけよう～

時間　午前の部　10:00～12:30
午後の部　13:30～16:00

内容　段ボールあそびや体あそび、マジック

定員　各40組

パパ料理を楽しもう！

menu
・麻婆豆腐丼
・きゅうりのナムル
・玉子スープ

時間　午前の部　10:00～12:30
午後の部　13:30～16:00

内容　調理・試食・片付けをすべてできる料理教室

定員　各8組

いずれも対象／小学生以下の子どもと保護者（パパ以外も参加可）

申し込み　5月30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(希望する講座と時間、代表者氏名・住所・電話番号・メールアドレス、一緒に参加を希望する全員の氏名・年齢を記入)でインクルーシブ推進課(TEL918-6037　FAX918-5617)へ。応募多数時抽選

認知症川柳 入選作品発表

～あたたかな日々の一句～

入選20作品を6月9日まで
総合福祉センター新館2階ギャラリーで展示中

「認知症になっても安心して自分らしく暮らせるまちづくり」を目指し、認知症川柳を募集しました。127作品の応募があり、その中から入選作品を紹介します。認知症のご本人、ご家族、そして周りの人々、それぞれの思いが詰まった作品ばかりです。
お問い合わせは、社会福祉協議会（TEL924-9105　FAX924-9109）へ

最優秀賞
物忘れ　しても笑顔の君が好き
亜依　わかさ

優秀賞
怖がらず　明るい老後　楽しもう
のほほん

優秀賞
学びあい　支えあったら　皆笑顔
橋本　節子

優秀賞
食べたのを　憶えていたね　ありがとう
ワンカラー

家族会賞
忘れても　笑顔があれば　それでいい
かなた526

入選作品（※一部紹介）

この日だけなぜか頑張る認定日　幌惚腹鰭
母が言う娘と同じ名前だわ　クリ子ひめ
認知症世間話は予防薬　増田　富士雄
脳トレにいつどんな事メモの癖　ズ・ク
名は忘れ笑い忘れぬ祖母強し　なっちゃんまま

撮れたてあかし

5月1日 住吉神社 能楽会&藤の花

5月1日、住吉神社(魚住町中尾)で能楽会が開催されました。江戸時代から続く能舞台で能が披露され、客席からたくさんの拍手が沸き起こりました。

青空の下、藤の花を楽しむ参拝者も多く、訪れた人は「伝統文化と藤の花を一緒に楽しめてよかった」と笑顔で話してくれました。

1日限定 里親カフェ

里親さんに聞いてみよう！

あかし 里親100% プロジェクト

お問い合わせ／あかし里親センター
(TEL935-9720　FAX935-9721)

まずはお話だけでも大丈夫。

里親ってどんな制度？
私でもなれるのかな
何から始めたらいいんだろう

そんな疑問や不安を、
里親さんに聞いてみませんか。

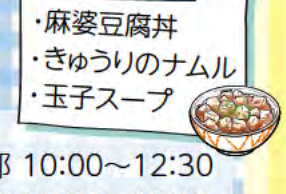
日時　6月4日(水)　午後2時～4時

場所　Mama'sキッチンnono
(〒673-0005 小久保6-4-6 グランメゾンアニー1階)

定員　15人

費用　無　料(ドリンク付き)

申し込み　6月2日午後5時までに電話・ファクシミリ・メール(akashi.satooya@ainote.main.jp)で同センターへ。先着順



里親制度啓発イベントの様子

明石市 公式LINE友だち 募集中！

日常生活に役立つ情報やごみ収集日のお知らせなどを受け取れます。
お問い合わせ／デジタル推進課
(TEL918-5741　FAX918-5103)

わが家のアイドル

運動大好き！我が家のパワフルガール☆これからも沢山笑顔を見せてね！

伊藤　実季ちゃん(2歳6か月)

いつも元気いっぱい結衣嘉ちゃん♡これからも弟と一緒にすくすく育ってね☆

井本 結衣嘉ちゃん(2歳6か月)

いつもにこにこで弟思いのお姉ちゃん！いっぱい楽しい思い出作ろうね！

谷口 日向子ちゃん(2歳5か月)

いつもにこにこ可愛い柚ちゃん♡元気に大きくなってね☆

山本　柚ちゃん(1歳9か月)

広報あかし
No.1429　5月15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 TEL078-918-5001(直通) FAX078-918-5101
kouhou@city.akashi.lg.jp　https://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「海峡のまち 明石」
月～日曜日 午後 8時～ 8時15分
火～日曜日 午前10時～10時15分

- 5月18日まで 「あかしユースポート　オープン」
- 5月19日～6月1日 「市長に聞く」

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