

障害者施設による物品販売(6月)

主な販売品目	販売日
クッキー・パウンドケーキなど	19
クッキー・お弁当	5.12.19.26
焼菓子・チョコレート菓子	2.5.9.12.16.19.23.26.30
お弁当・お惣菜・丼など・雑貨	2.9.16.23.30
お寿司	5.19

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(TEL 918-1344
FAX 918-5244) ※レジ袋持参

健康明石21 市民公開講座

時 6月12日午後2時～3時
場 市民病院 2階講義室
内 腎臓内科「検尿異常について」
申 不要、直接会場へ
問 市民病院経営企画課
(TEL 912-2323
FAX 914-8374)



詳しくは
こちらから

消費者セミナー
「家庭ごみについて考えよう」

主 市消費者協会
時 6月24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)
内 家庭ごみの分別と減量で、温暖化をストップさせよう
講師/環境省近畿地方環境事務所職員
対 市内在住の人 定30人
申 6月12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
TEL 918-5634 FAX 918-5616
syouhi@city.akashi.lg.jp)へ。
抽選

女性中間管理職のための
コミュニケーション力UPセミナー

主・問 ウィズあかし(TEL 918-5603
FAX 918-5618 oubo@with
akashi.jp)
時 7月4日午後2時30分～5時30分
内 女性中間管理職として求められるスキルを学びませんか。参加者同士の交流時間もあります
対 中間管理職(係長・リーダー・マネージャーなど管理監督者の補佐役)として働いている女性の人
定30人
申 6月3日から、申込フォームまたは窓口、電話、ファクシミリ、メール(件名に「女性活躍応援セミナー」、本文に氏名・住所・電話番号・メールアドレスを記入)で同施設へ。(先着)



申し込みは
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 6月1日・15日 午前9時～午後0時30分、午後1時45分～3時

DXセミナー「なんとも驚く
人工知能の導入効果!」

時 7月9日午後2時～4時
場 明石商工会議所
内 最新の人工知能ツール(ChatGPT、Geminiなど)の動向や活用方法
対 人工知能を活用した業務効率化などに関心のある人 定20人
申 7月2日まで、産業振興財団(TEL 918-0331
FAX 918-0332)ホームページの申込フォームで受け付け中。(先着)



申し込みは
こちらから

市民健康講座

主・問 明石医療センター地域医療連携科(TEL 936-1101 FAX 936-7456)
時 6月26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
内 排尿障害、骨盤臓器脱について専門医師から学ぶ
対 どなたでも 定100人
申 不要、直接会場へ

防災クイズラリー

場・問 勤労福祉会館
(TEL 918-5422 FAX 918-5423 火曜日休館)
時 6月14日・15日いずれも午前9時～午後5時
内 楽しくクイズを行いながら知識を広め、防災意識の向上を目指そう!
対 どなたでも 申 不要、直接会場へ

ネパール料理を作ろう

時 6月30日午前10時～午後1時
場 総合福祉センター
内 外国人講師と一緒に楽しくネパール料理を作る
対 市内に住む障害者手帳を持つ人、または60歳以上
定16人 費500円(材料費)
申 6月3日午前9時から窓口、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)



スポーツ&アウトドア

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 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 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
①～③定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(TEL 943-0873
FAX 942-8650)へ。(先着)
※無料体験あり。詳しくはお問い合わせを

明石国際
アควアスロン大会



主・問 同大会実行委員会(TEL 090-3050-7072 FAX 975-7801・info@asada.ne.jp・浅田)
場 大蔵海岸
①現役アスリートや元オリンピック出場選手による走り方教室
時 7月20日午後4時30分～6時
対 小学生まで 定100人程度
申 メール(氏名・生年月日・性別・電話番号・メールアドレス・大会当日の参加有無を記入)で同委員会へ。(先着)
②第11回明石国際アควアスロン大会
時 7月21日午前8時～午後3時
競技クラス・
定員・費用・距離(スイム/ラン)
▶ジュニア(小学5・6年生)
60人・5000円・100m/1.5km
▶ジュニア(中学生)
30人・5000円・200m/3km
▶一般・パラ(高校生以上)Aタイプ
170人・1万円・500m/5km
▶一般・パラ(高校生以上)リレー
60人(30チーム)・1チーム1万3000円・500m/5km
▶一般・パラ(高校生以上)Bタイプ
200人・1万2000円・1km/10km
※日本トライアスロン連合(JTU)登録会員対象の割引あり
申 6月22日まで右記の申込フォームで受け付け中。(先着)



申し込みは
こちらから

ボールゲームフェスタ in 明石

主 市、市体育協会、(一社)日本トップリーグ連携機構
時 7月12日 ①午前9時15分～正午
②午後1時～4時45分
場 中央体育会館
内 ①あそびバ=親子でさまざまなボール遊びを楽しむ、運動能力アップを図る
②キッズチャレンジ=サッカー元日本代表(宮間あやさん)などの指導を受けて、サッカー・ハンドボール・ソフトボール・バレーボールを順番に体験
対 ①市内の年長～小学2年生と保護者
②市内の小学3～6年生
定①60組(120人) ②100人
申 6月7日～25日に、下記の専用フォームから申し込み。(先着)
問 文化・スポーツ室
スポーツ振興担当
(TEL 918-5624 FAX 918-5194)



申し込みは
こちらから

おとなのSUP教室

時 7月16日=午前10時～11時30分、17日=午前10時～11時30分、午後1時30分～3時
内 スタンドアップパドルボード体験
対 市内在住の18歳以上
定 各回4人
費 1人3000円
申 7月10日までに少年自然の家(TEL 947-6181 FAX 948-5046)で電話受け付け。(先着)



園芸

ハーブの挿し木イベント

時 6月21日午前10時～正午
場 石ヶ谷ハーブガーデンズ(石ヶ谷公園内)
内 紙ポットを使って、ハーブの挿し木作り。ハーブティーの試飲付き
持ち物/わりばし、軍手、筆記用具、持ち帰り用の袋、剪定ばさみ
定15人 費500円(保険料込み)
申 6月15日までに、窓口または電話で中央体育会館(TEL 936-6621 FAX 936-6624)へ。(先着)

花と緑の学習園
(上ヶ池公園内)の催し

場・問 同学習園
(TEL 924-6111 FAX 924-6121)
▶初夏の山野草展出品作品募集
6月21日・22日に開催する同展の作品を募集します。
内 寄せ植えの部、単鉢の部の2部門
申 6月11日までに同学習園にお問い合わせを
▶園芸講習会
「アロマを日常にとりいれよう! I ～アロマストーン&オリジナルオイル・スキンローション～」
時 6月28日午後1時30分～3時30分
定16人 費2100円
申 6月4日午前9時から同学習園で電話受け付け。(先着)

花と緑のまちづくりセンター
(明石公園内)の催し

場・問 同センター(TEL 918-2405 FAX 919-5186)
①KIDS夏の花壇教室
時 6月21日午後1時30分～3時30分
※雨天時は6月22日に順延
対 小学生(保護者同伴)
費100円
②夏の風物詩!つりしのぶづくり
時 6月29日午後1時30分～3時30分
費3100円 いずれも定20人
申 6月1日午前9時から(①は6月7日午後5時までに)同センターホームページの専用フォームで受け付け。①抽選 ②先着



詳しくは
こちらから