

障害者施設による物品販売(8月)

主な販売品目	販売日
クッキー・パウンドケーキなど	21
クッキー・お弁当	7.21.28
焼菓子・ チョコレート菓子	4.7.18 21.25.28
お弁当・お惣菜・丼など・雑貨	4.18.25
お寿司	7.28

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

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 ①8月25日 ②9月1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こどもの問題行動に上手く介入し以後の問題行動を防ぐコツ ②こどもに怒りが爆発しそうになった時の対処法

対 3歳程度～小学生の子どもの保護者

定 各30人

申 ①8月20日、②8月28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)



詳しくは
こちらから

みのっちトレーニング ～足腰を強くする トレーニングで体幹や歩く力をつけよう～

時 8月27日午前10時15分～10時45分

対 どなたでも

定 15人

費 500円

持ち物／運動ができる服装、タオル、飲み物

場・申 8月6日から受講料を添えて勤労福祉会館(TEL918-5422)

FAX918-5423 火曜日休館)窓口へ。先着

はじめての就活ガイド ～就活のキホンと心の準備～

時 8月20日午後2時～4時

場 ウィズあかし(アスパア明石北館7階)

内 就活に不安を抱えている人に向けて基本的な流れや考え方を伝えます

対 市内在住で仕事をしていない人

定 20人

申 電話またはファクシミリ、メール(氏名・年齢・住所・電話番号を記入)であかし若者サポートステーション

(TEL915-0677)

FAX915-0678

✉ wakamono@sust-

harima.org)で受け付け中



詳しくは
こちらから

健康明石21 市民公開講座

時 8月5日午後2時～3時

場 市民病院 2階講義室

内 小児科「こどもの食物アレルギーについて」

申 不要、直接会場へ

問 市民病院経営企画課

(TEL912-2323)

FAX914-8374)



詳しくは
こちらから

明石医療センター 市民健康講座 知っておきたい糖尿病

主・問 明石医療センター地域医療連携科(TEL936-1101 FAX936-7456)

時 8月21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 講演「糖尿病の歴史を追え!～昔から続く病気の謎と進歩～」

対 どなたでも

定 100人

申 不要、直接会場へ

※詳しくは同センター

ホームページで確認を



ホームページは
こちらから

あおぞらセミナー

時 9月7日午後2時～4時

場 子午線ホール(アスパア明石北館9階)

内 眠りに問題のある子にどうかかわるか～睡眠障害の背景とその支援の考え方～

講師／菊池清さん(県立リハビリテーション中央病院)

対 どなたでも

定 200人

申 専用フォームまたは電話、ファクシミリ、メール(氏名・ふりがな、電話番号、所属(あれば)を記入)であおぞら園

(TEL945-0280)

FAX945-0281

✉ aozorakirakira@

sandaya.or.jp)で受け

付け中。先着



詳しくは
こちらから

明石まちゼミ 「街・人・気持ちつながる」

まちゼミとは、店の人が講師になって、専門知識やおトクな情報を学ぶことのできる少人数制のミニ講座です。

主 明石まちゼミ実行委員会

時 8月15日～10月31日

内 食の体験(あんこの食べ比べ)や、作る体験(AIで缶バッジ制作)、学び・健康講座など

費 講座により教材費が必要な場合あり

場・対・申 講座により異なる(各店舗に申し込み)。詳しくはホームページで確認を。先着

問 明石まちゼミ実行委

員会(TEL920-8722・

長谷)



詳しくは
こちらから



明日から実践できる DX活用セミナー

時 8月28日午後2時～4時

場 明石商工会議所

内 DX化に向けた経営戦略の立案方法、業務効率化や販促拡大に役立つツールなどの紹介

対 中小・小規模事業者

定 30人

申 同会議所(TEL911-

1331 FAX911-6738)

ホームページの申込フ

ォームでのみ受け付け中。

先着



申し込みは
こちらから

集客につなげる! 成功へ導くSNS広告セミナー

主 産業振興財団(TEL918-0331 FAX918-0332)

時 9月3日午後2時～4時

場 明石商工会議所

内 インスタグラムやフェイスブックを中心に低コストで効果的な広告運用を学ぶ

対 SNS広告を初めて活用する人、効果的な集客方法を学びたい人

定 30人

申 8月27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。先着



詳しくは
こちらから

スポーツ&アウトドア

中央体育会館からのお知らせ

場・問 中央体育会館(TEL936-6621 FAX936-6624)

▶ダンボールでオリジナル金庫を作ろう!

時 8月23日午後1時30分～3時

内 親子で協力して、ダンボールを使った金庫作りに挑戦!

対 4歳～小学3年生と保護者

定 15組

費 1組500円

▶子育てに役立つ楽しいマネーセミナー

時 8月24日午後1時30分～2時15分

内 教育費の貯め方など

対 18歳以上(高校生不可)

定 20人

いずれも申8月15日まで同会館窓口または電話で受け付け。先着

▶9～11月期スポーツ教室

申8月15日(必着)までに往復はがき(教室名・住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号、子どもの教室は生年月日

と保護者名、フットサル

は部名を記入)で、同会館

(〒674-0053 大久保

町松陰1126-47)へ。

抽選



詳しくは
こちらから



金庫型貯金箱を作ろう!

時 8月17日午後1時

30分～3時30分

場 明石海浜公園

会議室

内 段ボールを使ってダイヤル式金庫型の貯金箱を作る

対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

定 8人 費 1人800円(保険料込み)

申 8月15日まで同施設(TEL943-

0873 FAX942-8650)窓口または

電話で受け付け。先着



はじめてのおとなのSUP& SUPヨガ体験

時 9月17日午前10時～正午



対 市内在住の

18歳以上

定 5人

費 1人4000円

場・申 9月11日まで少年自然の家

(TEL947-6181 FAX948-5046)で

電話受け付け。先着

ブラインドサッカー体験教室

ブラインドサッカーはアイマスクを付けて、音の鳴るボールでプレーする全盲カテゴリのフットサルです。

時 9月6日 ①午前10時

～11時30分

②午後1時30分～3時

内 アイマスクを付けて目の見えない人の感じ方を、ブラインドサッカーを通じて体験する。新しい世界を感じよう

対 市内の小学3～6年生と保護者

定 各回50人まで(親子約25組)

申 8月15日までに申込フォームまたはメール(件名に「ブラインドサッカー教室申込み」、本文に住所・参加する人全員の氏名(ふりがな)と年齢・連絡先代表者の名前・電話番号・メール

アドレスを記入)でスポーツ振興担当(TEL918-

5624 FAX918-5194

✉ event-spo@city.

akashi.lg.jp)へ。抽選



申し込みは
こちらから



園 芸

園芸教室 コケテラリウム ～小さな世界～

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 8月17日 ①午前10時～正午

②午後1時30分～3時30分

対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

定 各回10人 費 3600円

申 8月1日午前9時～7日午後5時に同センターホームページの申込フォームで受け付け

※①②どちらか1つ

に申し込みを。抽選



詳しくは
こちらから