

冬の理工チャレンジ2025 Caterpillar Engineering Day

インクルーシブ推進課(TEL918-6037 FAX918-5617)

市内の理工系企業を見学したり、そこで働く人との交流を通じて自分の将来をイメージしてみませんか。

日時／12月25日(木)
午後1時～5時

場所／キャタピラー明石事業所(魚住町清水1106-4)

内容／工場見学、座談会、体験(エンジン組み立て・車キットをプログラミングで操作・うそ発見器作りの3つから選択) 対象／市内在住・在学の中学生
定員／20人 費用／無料

申し込み／12月11日までに、市ホームページの専用フォームまたは電話で同課へ。応募多数時抽選



詳しくはこちらから

クリスマス交流会 リトミックを楽しもう 第5回 ひとり親家庭交流事業

児童福祉課(TEL918-5182 FAX918-5196)

仕事や家事、育児に追われて子どもとの時間が持てない人、ひとり親同士で情報交換や交流ができるクリスマス会に参加しませんか。希望者には個別相談も実施します。

日時／12月6日(土)午後2時～4時

場所／ウィズあかし(アスパア明石北館8階)

対象／市内在住のひとり親世帯の親子、離婚を考えている世帯の親子 定員／20組

費用／大人1人400円、子ども1人100円

申し込み／12月1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



詳しくはこちらから

リユース・リサイクルでゴミ減量を

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



詳しくはこちらから

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

対話の場づくりが学べる 市民ファシリテーター養成講座

市民とつながる課(TEL918-5203 FAX918-5101)

来てよかった、話してよかったと、本当に思える話し合いの場をささえるファシリテーターのスキルを学んでみませんか。

内容・日時／

基本編①「聴き出す力」

・12月3日(水)午後6時30分～8時

・12月6日(土)午前9時30分～正午

基本編②「書き出す力」

・12月17日(水)午後6時～8時30分

・12月20日(土)午前9時30分～正午

応用編「場のデザイン・合意形成の仕方」

・1月14日(水)午後6時～8時30分

・1月17日(土)午前9時30分～正午

対象／市内在住・在勤・在学の高校生以上

定員／50人程度 費用／無料

申し込み／11月25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(希望参加日・住所・氏名とふりがな・年代・所属(あれば)・電話番号・手話通訳や要約筆記などの配慮の有無を記入)で同課へ。応募多数時は初めての人が優先 ※場所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

第2回 DV被害者等支援養成講座 【基礎編】

日時／12月14日(日)午前10時～午後5時

場所／西部市民会館 2階練習室

対象／市内でこれからDV被害者支援をしていきたいと思う人

定員／20人程度 費用／無料

申し込み／ファクシミリまたはメール(住所・氏名・電話番号を記入)で社会福祉法人明育(TEL224-5350 FAX936-1127 takagishi1224@outlook.jp)にて受け付け中。先着順

犬のしつけ方教室

あかし動物センター(TEL918-5797 FAX918-5798)

日時／12月20日(土) 午前の部=午前11時～午後0時30分、午後の部=午後1時30分～3時

場所／同センター

内容／犬のしつけ方、正しい飼い方を学ぶ

対象／飼い犬(登録、狂犬病予防注射・混合ワクチン接種済み)と参加できる人

定員／各部6組

費用／500円(犬のしつけ用品代)

申し込み／11月26日(必着)までに同センターホームページの申込フォームまたは、はがき、ファクシミリ(氏名・住所・電話番号・FAX番号・希望の部・犬の名前・種類・性別・去勢不妊手術の実施状況・年齢を記入)で同センター(〒674-0051 大久保町大窪2747-1)へ。応募多数時抽選 ※参加決定者のみ11月29日まで

にメール連絡。初めての人が優先



申し込みはこちらから

ノロウイルスに注意しましょう

保健予防課(TEL918-5421 FAX918-5441)

感染性胃腸炎の原因となるノロウイルスを「持ち込まない」「やっつける」「食品につけない」「広げない」ために予防のポイントを確認しましょう。

ノロウイルスの特徴

▶特に冬場に流行。下痢、腹痛、嘔吐などが主な症状

▶ウイルスが付着した手や食品などを介して、口から感染

▶少しのウイルスでも感染し、集団発生を起こしやすい

▶アルコール消毒があまり効かない

【予防のポイント】

①手洗いのタイミング

・外出から戻ったとき、トイレの後、食品などを扱うとき、食事の前には手を洗う

②食品を十分に加熱する

・食品の中心部まで火が通るように加熱する
・特にカキなどの二枚貝に注意

【洗浄・消毒】(ノロウイルスが身近で発生したとき)

・調理器具を洗剤で洗浄し、次亜塩素酸ナトリウム消毒液で消毒する

・トイレの清掃や嘔吐物を処理するときは、手袋・マスクを着用し、次亜塩素酸ナトリウム消毒液で消毒する



インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症が流行中！

咳やくしゃみの飛沫(唾液)を吸い込んだり、ウイルスがついた手で目・鼻・口などを触ったりすることで感染します。

「うつらない・うつさない」ための予防行動をしっかりととりましょう。

換気

- 30分に1回、数分間程度、窓を全開にする
- 対角線上に換気すると効果的



手洗い

- せっけんを使用し15秒以上が目安
- 外出の後、食事の前、トイレの後は必ず洗う



マスク

風邪症状がある場合や人混みではマスクを着用しましょう



感染予防について 保健予防課
(TEL918-5421 FAX918-5441)

健康づくりについて 健康推進課
(TEL918-5657 FAX918-5440)

体調管理

- 体内時計を整える
例) 起きたら日光を浴びる
寝る前のスマホを控える など
- 1日3食しっかり食べる
- 今より10分多くからだを動かす

「免疫力を上げよう」



予防接種

予防接種は発症する可能性を減らし、重症化を防ぐ効果があります。



自宅での療養に備えておく安心

- 脱水時の水分補給
(経口補水液、スポーツドリンクなど)
- 食料品(レトルトのお粥、うどんなど)
- 医薬品(アセトアミノフェン系の解熱剤など)
- 冷却グッズ(氷枕など)

