



情報アラカルト

主催 時日時 場所 内容 対象 定員 申し込み
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
お問い合わせ (電話で記載のない市外局番は 078)

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

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				

お知らせ

マイナンバーカード出張申請

写真の撮影(無料)と申請書の記入をサポートします。
時 2月6日午前10時～午後4時30分
場 JR西明石駅 プリコ西明石1階 イベントスペース
持ち物 マイナンバーカード交付申請書 ※お持ちでない人は、当日西明石サービスコーナーで取得を(本人確認書類が必要)
申 不要、直接会場へ
問 マイナンバーカードコールセンター (TEL)918-5266 (FAX)918-5138

土曜日市税納付相談

時 2月28日午前9時～正午
対 市税を納期限内などに納付することが困難な人(課税内容や申告を除く)
場・問 納税課(市役所西庁舎2階) (TEL)918-5016 (FAX)918-5132

寝たきり要介護者のおむつ代医療費控除

6か月以上寝たきりで、医師におむつの必要性を認められた人のおむつ代は、確定申告で医療費控除の対象となります。申告には医師のおむつ使用証明書が必要ですが、介護保険の要介護認定を受けており、医師の同意があるなどの一定の要件にあてはまれば、医師の証明に代わる書類を市が発行できます。
問 高齢者総合支援室審査係 (TEL)918-5091 (FAX)919-4060

ため池みらいフォーラム

ため池を起点に、未来の農業や地域づくりについて考えてみませんか。
主・問 (一社)ため池みらい研究所 (TEL・FAX)079-440-7822
時 2月21日午後1時30分～6時(午後1時開場)
場 県加古川総合庁舎2階会議室(加古川市加古川町寺家町天神木97-1)
対 農業や地域づくりに関わる人など **定** 100人
申 2月14日までに、専用フォームまたはファクシミリ(氏名とふりがな・所属・電話番号・メールアドレスを記入)で同法人へ。(先着)



詳しくはこちら

里親説明会(毎月開催)

時 2月16日午前10時～正午
場 明石こどもセンター(大久保町ゆりのき通1-4-7)
内 里親・養子縁組制度の説明、先輩里親による体験談、個別相談、ミニ講座「里親ケースワーカーが里親に望むこと」
申 不要、直接会場へ
問 あかし里親センター (TEL)935-9720 (FAX)935-9721

募集

金婚夫婦祝福式典 出席者(今年から会場を変更します)

主 神戸新聞社
時 6月7日午後2時～
場 神戸ポートピアホテル ポートピアホール(神戸市中央区港島中町6-10-1)
対 昭和52年に婚姻届を提出した夫婦 ※結婚50年が過ぎ、これまで同式典に参加していない人も申し込み可
申 神戸新聞社明石総局、各販売所にある申込用紙に必要事項を記入し、2月27日までに総局、販売所に持参か下記まで郵送
申し込み先 / 〒650-8571(住所不要) 神戸新聞社事業局「金婚」係 (TEL)362-7086。(先着)
※ 右記の専用フォームからも申し込み可



申し込みはこちら

教室・講座

エクササイズで健康度アップ教室 あかし健康ソムリエプロジェクト

主 あかし健康ソムリエ会
▶SP21大久保
時 2月4日
場 あかし保健所1階多目的ホール
▶SP21人丸
時 2月18日 **場** 人丸小コミセン
▶SP21林
時 2月25日 **場** 林会館(林コミセン)
▶SP21二見
時 2月25日 **場** 二見北小コミセン
いずれも時間 / 午前10時～11時30分(午前9時45分～受け付け)
内 健康チェック、明石焼体操、各種健康体操など **対** どなたでも
持ち物 / 上靴(大久保は不要)、飲み物
申 不要、直接会場へ
※ 公共交通機関で来場を
問 健康推進課 (TEL)918-5657 (FAX)918-5440

事業者向けユニバーサルマナー研修会

時 2月26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 高齢者や障害者への向き合い方、どんな人がどんなことに困るのか?、困ったときのお声がけ方法
対 市内の店舗や団体に勤務する人 **定** 30人
申 2月16日までに専用フォームでインクルーシブ推進課 (TEL)918-6037 (FAX)918-5617) へ。(先着)



申し込みはこちら

ふれあいの里の催し

▶ふれあいの里中崎(中崎1-2-22) (TEL・FAX)913-6200)
①やってみよう!初めての手話講座～簡単な挨拶から～
時 3月3日午後1時30分～2時30分
内 挨拶から学べる手話の体験講座
▶ふれあいの里魚住(魚住町西岡367-4) (TEL・FAX)947-1202)
②大学生がお悩み解決します!初めてのスマホ教室
時 3月8日午前10時～11時30分
内 スマートフォンで健康に関する情報を検索しよう
▶ふれあいの里二見(二見町西二見605-1) (TEL・FAX)943-4001)
③タンパク質を食べて体を作ろう!
時 3月14日午後1時30分～2時30分
内 脳活塾保健師による講話と運動
いずれも対 ①市内在住の人
②③60歳以上の市民 **定** 20人
申 2月5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・問 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 2月5日午前9時から受け付け。(先着)
①ボランティア体験教室「文字で伝えよう!『要約筆記』ってなあに?」
時 3月19日午後2時～3時
内 要約筆記ボランティア体験 **定** 15人
②エンジョイ☆クッキング「オムライス作りにチャレンジ!」
時 3月30日午前10時～午後1時30分
内 調理実習と食事
対 小学1～4年生と保護者
※ 対象外のきょうだいの参加可 **定** 6組 **費** 1人700円程度

アイシングクッキー教室

時 2月15日 ①午前10時～11時 ②午前11時30分～午後0時30分 ③午後1時30分～2時30分 ④午後3時～4時
対 親子、きょうだい(未就学児は小学校高学年以上の人同伴) **定** 各回10人
費 1人1000円(材料費含む)
場・申 窓口または電話で勤労福祉会館(TEL)918-5422 (FAX)918-5423 火曜日休館)へ。(先着)



消費者セミナー「明石の農業を知ろう」

主 市消費者協会
時 2月27日午後2時～3時30分
場 ウィズあかし(アスパア明石北館7階)
内 明石の農業の今とこれから
※ 明石産のコメ「花美人」2合付き
講師 / 崎野和幸さん(東江井地区営農組合長)ほか
対 市内在住の人 **定** 50人
申 2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)

総合福祉センター新館の教室

場・問 総合福祉センター新館 (TEL)927-1125 (FAX)927-1126)
①子どものゆっくり運動教室
時 2月7日午前11時～正午
内 運動が苦手な子ども向け。スタッフと一緒に基本的な運動やニュースポーツを楽しんでみませんか。
②いきいき貯筋教室
時 2月7日午前9時30分～10時30分
内 スクエアステップと貯筋運動
③健康体操とACEボール教室
時 2月10日・24日 **いずれも午前** 10時30分～11時30分
いずれも対 ①小学生以下
②③どなたでも
申 不要、直接会場へ ※上靴持参

献血にご協力を

▶明石運転免許更新センター
時 2月1日・15日 午前9時～午後0時30分、午後1時45分～3時
▶市役所本庁舎2階ロビー
時 2月17日 午前10時10分～11時45分、午後1時～4時