

障害者施設による物品販売(3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	19
お弁当	5.12.26

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

要約筆記啓発講座

時 3月14日午後1時30分～3時30分  
 場 ウィズあかし(アスパシア明石北館8階)  
 内 要約筆記・要約筆記制度のお話、難聴者のお話、要約筆記体験など  
 対 どなたでも  
 申 不要、直接会場へ  
 問 障害福祉課(TEL918-1344 FAX918-5244)



要約筆記者養成講座(手書きコース)

時 4月24日～12月11日の毎週金曜日 午後1時30分～4時30分(全32回)  
 場 総合福祉センター  
 対 18歳以上で、全日程の8割以上出席でき、全国统一要約筆記者認定試験に合格後、明石市登録要約筆記者として活動できる人  
 定 15人  
 費 4500円(テキスト代)  
 ※使用するペンなどは受講時に購入  
 申 3月23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・受講の動機・テキスト購入希望の有無・パソコンコース修了者は修了年月を記入)で障害福祉課(〒673-8686 市役所内 TEL918-1344 FAX918-5134 syogai\_haken01@city.akashi.lg.jp)へ  
 問 詳細はこちら

ママの働き方準備室 ～どう働く?どう選ぶ?～

年収の壁についてのプチセミナーや子育て中の人々が働きやすい求人などの情報を掲示します。(時間内の出入り自由)  
 時 3月11日午前10時～正午  
 場 二見図書館  
 内 15分プチセミナー(午前10時30分～、午前11時30分～)、個別相談(希望者のみ)、求人情報・各種情報掲示  
 申 不要、直接会場へ  
 問 ハローワーク明石マザーズコーナー(TEL912-2305 FAX912-2297)

シートクラブ SEAT-CLUB 魚料理教室 おさかな研究会

▶浜の母ちゃん料理教室～黒鯛(チヌ) & イダコ～  
 春の海の恵みを堪能しませんか。



時 3月18日午前10時～午後1時  
 内 チヌ鍋、黒鯛の焼き物、イダコを使った料理を作る  
 定 16人  
 費 4950円

▶おさかな研究会  
 コリコリ触感と上質なうま味が魅力の白ミル貝を楽しみませんか。

時 3月19日午後1時～3時  
 内 白ミル貝のマリネ、濃厚バター炒めを作る ※作った料理は持ち帰り  
 定 16人  
 費 3300円  
 いずれも場 県水産会館(中崎1-2-3)  
 申 シートクラブホームページの専用フォームまたは電話で、県漁業協同組合連合会(TEL917-4137 FAX917-3811)へ。先着



食力レッジあかしセミナー 国産の「大豆・塩・麴」を使って手作り味噌を作る

主 食力レッジあかし  
 時 3月27日 ①午前11時～午後0時30分 ②午後2時～3時30分  
 場 ウィズあかし(アスパシア明石北館8階)  
 内 見る・聞く・匂う・触るなどの感覚を使った自然を学ぶネイチャーゲームと、馬についての勉強・ポニーのエサやり・乗馬体験  
 対 市内在住の中学生以上  
 定 各回8人  
 費 各回2000円(材料費)  
 ※作った味噌約2kgは持ち帰り  
 申 3月10日(必着)までに、はがき、ファクシミリ、メール(希望時間・氏名・ふりがな・年齢・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 TEL918-5634 FAX918-5616 syouhi@city.akashi.lg.jp)へ。抽選 ※はがき1枚で1人まで受け付け

親子手作り味噌体験教室～お味噌作りからの食育～

時 4月2日午前10時～11時30分  
 場 サンライフ明石  
 内 味噌作りを通して発酵食品の魅力を知り、食文化や健康について学ぶ  
 定 親子10組(大人1人の参加も可)  
 費 4500円(タル容器付き)、4000円(容器持参) ※事前払い  
 持ち物/エプロン、三角巾、ふきん、マスク  
 申 同施設(TEL923-0770 FAX922-5336)窓口または電話で受け付け。先着



ウィズあかしの催し

主・場・問 ウィズあかし(アスパシア明石北館7・8階) ①TEL918-5603 ②TEL918-5611 FAX918-5618 ③oubo@withakashi.jp

①チャレンジ屋台  
 「みんなに知ってほしい!伝えたいことがある!」という思いを持つ市民の皆さんがイベント出展にチャレンジします。多種多様な内容の出展を楽しみませんか。

時 3月20日午前10時～午後8時(各出展60分枠)  
 対 どなたでも  
 定 各出展10人程度  
 申 不要、直接会場へ



②女性のためのおしゃべり会「ミモザの会」  
 時 4月29日午後2時～4時  
 テーマ/こころの元気を出すには  
 対 女性  
 定 10人程度

申 3月5日午前9時～4月24日午後5時まで、同施設窓口、電話またはファクシミリ、メール(氏名・年代・電話番号・お住まいの地域・一時保育の有無を記入)で受け付け。先着 ※6か月～就学前の子どもの一時保育あり(要予約・定員5人・保険料1人100円)

スポーツ&アウトドア

ポニーの乗馬体験&石ヶ谷ネイチャーゲーム

時 3月20日 午前10時～正午  
 ※雨天中止  
 場 石ヶ谷公園  
 内 見る・聞く・匂う・触るなどの感覚を使った自然を学ぶネイチャーゲームと、馬についての勉強・ポニーのエサやり・乗馬体験  
 対 4歳以上 ※小学生以下は保護者同伴  
 定 20人  
 費 1人500円、親子800円(保険料込み)



申 3月15日まで中央体育会館(TEL936-6621 FAX936-6624)窓口または電話で受け付け。先着

アウトドアチャレンジ

主・場・問 少年自然の家(TEL947-6181 FAX948-5046)  
 時 3月21日午前10時～午後3時  
 内 羽釜ご飯とカレーライス作りに挑戦  
 対 市内在住の年長～小学2年生  
 定 15人  
 費 2000円  
 申 3月5日午後1時まで同施設ホームページで受け付け中。抽選



園芸

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(TEL918-2405 FAX919-5186)  
 ①自然探検!さくら  
 時 3月22日 A=午前10時～正午 B=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 100円  
 ②家庭菜園で夏野菜づくり  
 時 3月29日午後1時30分～3時30分  
 定 20人  
 費 100円  
 いずれも申 3月1日午前9時から(①は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は抽選、②は先着



花と緑の学習園(上ヶ池公園内)の園芸講習会

場・問 同学習園(TEL924-6111 FAX924-6121)  
 ▶ミニ盆栽をつくろう  
 時 3月21日午後1時30分～3時30分  
 定 20人  
 費 1600円  
 申 3月4日午前9時から同学習園で電話受け付け。先着  
 ▶フラワーアレンジメント(前期)  
 時 4月4日、5月9日、6月6日、7月4日(全4回) いずれも午後1時30分～3時30分  
 定 36人  
 費 9600円(全4回分)  
 申 3月1日午前9時～14日に専用フォームで受け付け。電話申し込みも可。抽選



菊花栽培教室「菊の小品盆栽」

時 3月28日、4月18日、5月9日、6月13日、7月11日、8月22日、9月19日(全7回) いずれも午前の部=午前10時～正午、午後の部=午後1時～3時  
 場 市菊花栽培場(明石公園内)  
 定 各部20人  
 費 2700円(菊苗3本、4号深鉢3鉢、用土、テキスト代含む・全7回分)  
 申 3月4日午前9時から花と緑の学習園(TEL924-6111 FAX924-6121)で電話受け付け。先着

お馬さんの発酵堆肥「畑の恋人」配布

主・問 (一財)明石乗馬協会(TEL935-8900 FAX935-8950)  
 時 3月14日午前9時～9時15分  
 場 同協会クラブハウス  
 内 発酵済み堆肥「畑の恋人」を先着100人に配布(能登半島支援募金として1袋につき200円のご協力を)