



明石市役所

〒673-8686
兵庫県明石市中崎1丁目5番1号
TEL 078-912-1111

休日・夜間の救急医療は…



[夜間休日応急診療所(内科・小児科)]
TEL 937-8499
[あかしユニバーサル歯科診療所(休日)]
TEL 918-5664

救急車を呼ぶべきか迷ったときは…



[救急医療相談・医療機関案内ダイヤル]
TEL #7119 (または TEL 078-331-7119)
24時間 365日対応

速報

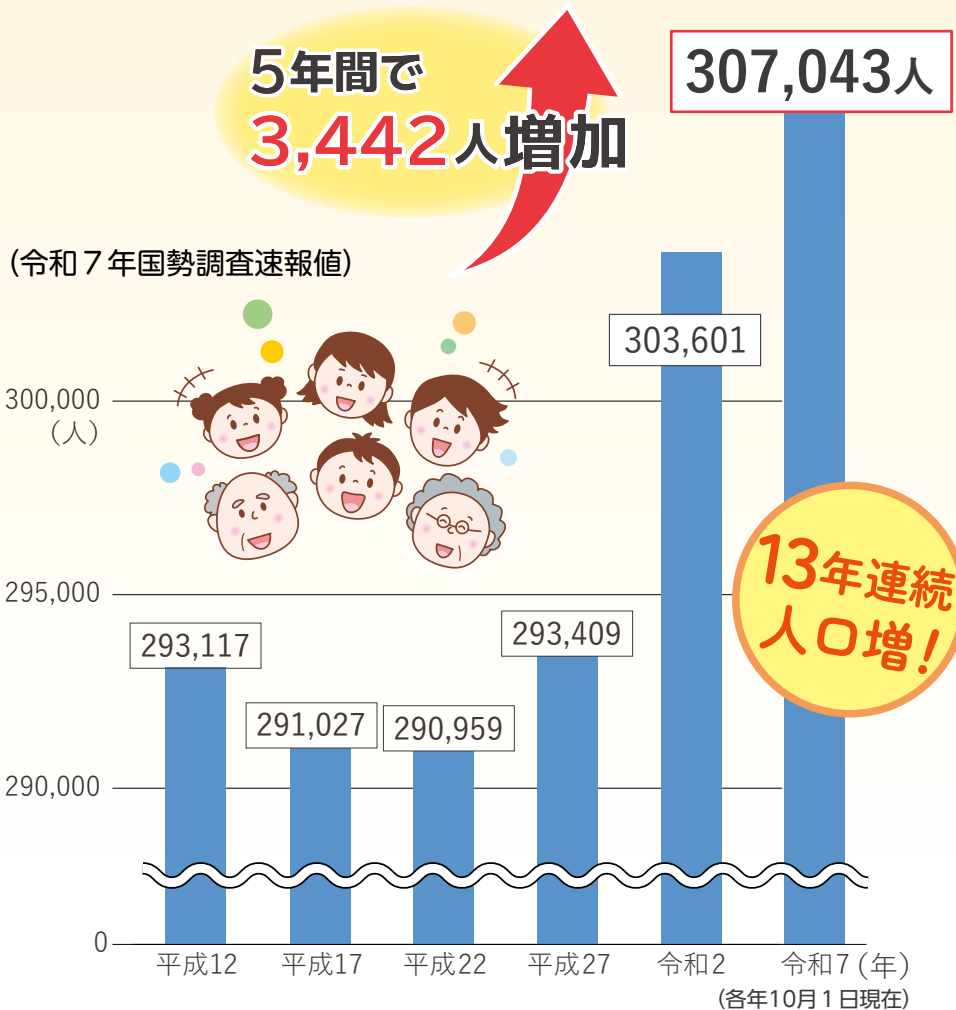
人口増加は県内 41市町のうち明石市のみ

明石市の人口が30万7千人台に!

令和7年10月1日に実施した国勢調査の速報値(*)で、明石市の人口が30万7,043人になりました。前回調査(令和2年10月1日現在)に比べ、3,442人の増加となりました。

お問い合わせ/情報管理課 (TEL 918-5073 FAX 918-5124)

*速報値は、総務省統計局が要計表を基に集計したものです。後日公表される確定値とは一致しないことがあります。



SUUMO 住みたい街ランキング 2026 関西版

"住みたいまち"として
4年連続トップ5に

住みたい自治体 ランキング

順位	自治体名
1位	西宮市
2位	大阪市北区
3位	大阪市天王寺区
4位	神戸市中央区
5位	明石市
6位	吹田市
7位	大阪市中央区
8位	高槻市



子育て支援策の充実や自治体政策が魅力的、先進的であるなどの評価がされました。



※株式会社リクルートHPから抜粋

お問い合わせ/観光プロモーション課

(TEL 918-5263 FAX 918-5136)

国勢調査とは

日本に住んでいるすべての人と世帯を対象とする国の最も重要な統計調査。大正9年以来ほぼ5年ごとに行われています。国勢調査から得られる様々な統計は、自治体のほか、民間企業や研究機関でも広く利用されています。



7月号から
広報あかしが
全戸配布になります

市議会だより
(年5回)も
全戸配布に

毎月1日~7日の間にご自宅のポストに届きます

これまで、新聞折り込みや、戸別配付で受け取っている人は、再度お申し込みは必要ありません。

配布のお問い合わせ専用コールセンター

フリーダイヤル **0120-008-986**
平日 9時~17時(土・日曜日、祝日を除く)

暑さをしのげる「ひと涼みスポット」が今年も市内各地にオープン

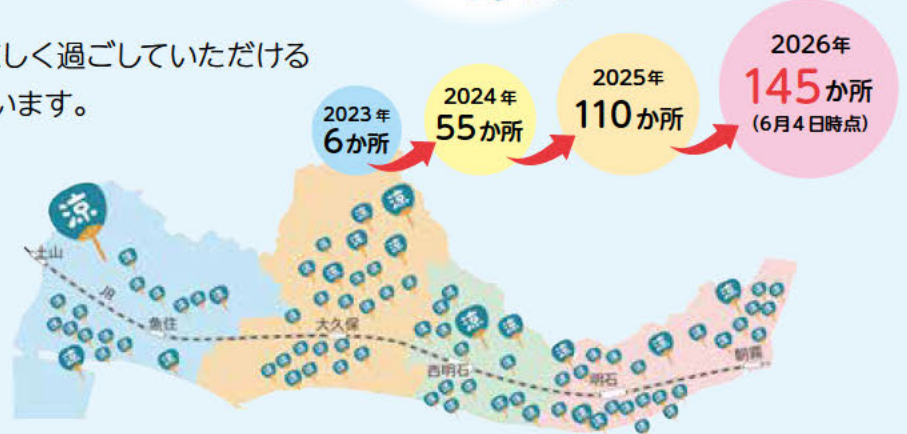


10/15まで

「ひと涼みスポット」は、市民の皆さんに一時的に暑さをしのいで涼しく過ごしていただける場所です。今年も10月15日まで「ひと涼みスポット」をオープンしています。
お問い合わせ／健康推進課 (TEL)918-5657 (FAX)918-5440

登録施設数が、民間企業などの協力により、広がっています

郵便局や薬局、ショッピングセンターに加えて携帯ショップや整骨院、カーディーラーなど多くの民間企業の協力も得て、年々施設数が増えています。



市民との対話から実現しました

「外出時にちょっと涼めるところが欲しい」、「涼みながら人と交流できる場所が欲しい」などタウンミーティングでの市民との対話から生まれた「ひと涼みスポット」。大塚製薬株式会社と協定を結び、のぼりやうちわを企業が制作。共に熱中症予防を啓発しています。



市民の声

企業との共創



大塚製薬株式会社と協定を締結 (2025年3月)

市内のこんなところに「ひと涼みスポット」があります！

- 市役所
- 郵便局
- 薬局
- スーパーマーケット
- ショッピングモール など

随時、更新中！！

「ひと涼みスポット」は市ホームページから確認できます



詳しくはこちらから

今年度から新たに「ひと涼みスポット」に

安井鍼灸整骨院



神戸トヨペット大久保店



このポスターが目印です！

自由に出入りできるので、気軽に立ち寄ってくださいね。

登録施設も募集中

ご協力いただける施設は、設置条件を確認し、ご登録を



詳しくはこちらから

屋内でも

熱中症に注意しましょう



市内では、昨年5～10月に262人が熱中症で救急搬送されており、そのうち40%超が自宅で熱中症になっています。熱中症は気温や湿度が高いことで起こりやすいため、日差しのない屋内でも熱中症に注意しましょう。

屋内での熱中症対策

- こまめに水分補給をしよう
1日コップ6杯(1.2ℓ)が目安です。
- 食事で暑さに強いからだをつくろう
朝起きたとき、体は「水分不足」の状態です。朝ごはんをしっかり食べ、失われる水分や塩分を事前に補って、熱中症を予防しましょう。



- 特に高齢者はエアコンを積極的に使用しましょう
高齢になると、暑さやのどの渇きを感じにくくなるため、特に注意が必要です。暑い日はためらわずエアコンを使用するようにしてください。

エアコンを効果的に使用するコツ



- ・エアコンのフィルターに、ほこりをためない
- ・スイッチのオン・オフは控えめに
- ・風量は「自動」で、風向は「水平」にする

健康にいきいきと暮らせるまちあかしへ ずっと元気! いきいきプロジェクトあかし

／ 始まりました ／

これからの「人生100年時代」を豊かに生きていくために、40歳(壮年期)から健康づくりを意識して、高齢期になってもずっと元気にいきいきと暮らせるように、一歩踏み出してみませんか。
お問い合わせ／高齢者総合支援室 (TEL) 918-5166 (FAX) 918-5133

目指せ元気な
100歳!

健康習慣を身につけよう

40歳(壮年期)から始めよう

- 生活習慣病を予防・改善しよう
- 健康相談や健康講座を活用しよう

健康づくりのMyルーティン を考えてみませんか

自身のライフスタイルに合わせて、健康づくりを意識した行動を習慣的に取り入れてみましょう。

／ まちの皆さんに聞きました ／

あなたの健康づくりのMyルーティンは?



無理せず
動く



毎日ストレッチ
週3筋トレ

毎日スクワット



筋トレ



野菜とたんぱく質
多めの食生活

65歳(高齢期)から元気に!

- 介護予防(認知症やフレイルを予防しよう)
- 運動・社会参加・栄養を意識して生活しよう



運動



ふれあいの里中崎 ヨガ体操

栄養

いろいろな地域の人と
交流できるのが楽しみ!



みんなで集まり、学校給食を食べよう

「みんなの給食」は中学校コミセンで地域の人と一緒に中学校給食を食べることができます。

65歳以上が対象
1食 400円

体操を習慣にしませんか
健康体操やヨガ体操では、身体だけでなく脳もトレーニングできますよ。

ふれあいの里の催しは7面に掲載

社会参加



高年クラブ モルック大会の様子

仲間と一緒に楽しもう

「スポーツをしてみたい」、「趣味を持ちたい」、「新しいことを学びたい」といった思いを持つ人のために、高年クラブ・ふれあいサロン・つどいの場・あかねカレッジなどさまざまな場があります。



いきプロあかし

サン3サン3サン3

元気を支えるため「333(サンサンサン)！」を合言葉に、健康づくりへの意識を若いうちから高め、さまざまなアプローチで健康を維持していき、市民の皆さんが元気にいきいきと暮らし続けられることを目的としています。

みなさんも333(サンサンサン)を意識して生活してみませんか。下の点線部分を切り取ってご活用ください。

キリトリ線 ✂

ひとつめのサン!

サン
3人と話そう



家族やお友だち、近所の人、毎日誰かと話しをすることを意識しましょう

ふたつめのサン!

サン
30分 体を動かそう



家の中や外で、家事・趣味・地域の交流などで、毎日30分、体を動かしていきましょう

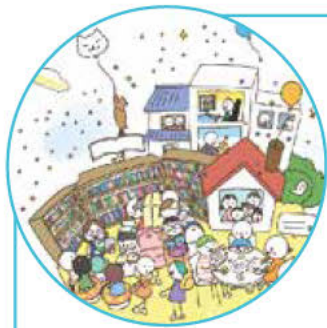
みっつめのサン!

サン
3000歩あるこう



1人で、家族と、お友だちと、まずは「3000歩」歩くことを続け、少しずつ歩数を増やしていきましょう

キリトリ線 ✂



市長と一緒にみんなで対話しませんか

タウンミーティング 地域編

地域のこれから 高丘・江井島・野々池・望海

市民みんなの力で“もっと”やさしいまちづくりを進めていくために市内13の地域でタウンミーティングを順次開催しています。今、気になっていることを、みんなと一緒に話してみませんか。

子どもたちの参加も大歓迎! 出入り自由

日程・場所

- ①高丘 7月4日(土)=高丘中学校コミセン(高丘中央集会所)
- ②江井島 7月5日(日)=江井島中学校コミセン
- ③野々池 7月18日(土)=野々池中学校コミセン
- ④望海 7月19日(日)=望海中学校コミセン

時間 ①② 午前9時30分～11時30分
③④ 午後2時～4時

定員 各40人程度

申し込み

各開催日の前日までに、申込フォームまたは電話、ファクシミリ(氏名・住所・電話番号を記入)で同課へ ※手話通訳など配慮が必要な人は申し込み時にお知らせを



お問い合わせ/コミュニティ・生涯学習課 (TEL)918-5004 (FAX)918-5131

ワーク ショップ

みんなが快適な分煙って? 路上喫煙防止について考えよう

市では路上喫煙の防止に向けた条例づくりを進めています。

駅前など、多くの人が集まる場所で、だれもが快適に過ごすためにはどうすればよいか、一緒に話してみませんか。



日時/7月5日(日)午後2時～4時

場所/あかし保健所 2階会議室

対象/どなたでも 定員/50人 費用/無料

申し込み/6月28日まで、専用フォームまたは電話、ファクシミリ(氏名・住所・電話番号を記入)で環境保全課 (TEL)918-5030 (FAX)918-5107)へ。先着順

※手話通訳など配慮が必要な人は申し込み時にお知らせを

申し込みはこちらから



申し込みはこちらから

6月議会開催中～西明石地域交流センターicotto設置について定める条例議案などを審議～

総務課(TEL)918-5041 (FAX)918-5103

6月8日から6月議会が開催されています。今回、市が提案している議案は、西明石地域交流センターicottoの設置について定める条例議案のほか、最高裁判決を踏まえた生活保護費の追加給付に係る経費等を追加する補正予算議案などです。

<今後の日程>

▶本会議/6月15日(月)、16日(火)、17日(水)、30日(火) いずれも午前10時～

▶常任委員会/総務=6月19日(金)、文教厚生=6月22日(月)、生活文化=6月23日(火)、建設企業=6月24日(水) いずれも午前10時～

▶第1回路上喫煙防止に関する条例制定審議会
日時/6月24日(水)午後3時～ 場所/市民会館第1会議室 内容/路上喫煙防止条例の策定について 定員/10人 申し込み/6月19日午後5時まで、環境保全課 (TEL)918-5030 (FAX)918-5107 (E)kankyo-hozen@city.akashi.lg.jp)で先着順に受け付け

▶地方独立行政法人明石市立市民病院評価委員会
日時/7月3日(金)午後5時～7時 場所/市民病院2階講義室 内容/令和7年度および第4中期目標期間終了時に見込まれる業務実績について 定員/10人 申し込み/7月2日午後5時まで、保健総務課 (TEL)918-5414 (FAX)918-5440 (E)hokensoumu@city.akashi.lg.jp)で先着順に受け付け

委員募集 明石市交通安全対策会議

市の交通安全施策に幅広い意見を反映させるため、明石市交通安全対策会議の委員を募集します。

対象/市内在住の満18歳以上(令和8年4月1日現在)で、平日昼間の会議に出席でき、市の他の審議会などの委員を5つ以上兼ねていない人

任期/5年 定員/5人以内

申し込み/7月7日(必着)までに、応募フォームまたは持参、郵送、ファクシミリ、メールで応募用紙に必要事項を記入し、「自転車の交通事故削減に向けて、市と市民が取り組むべきこと」をテーマに800字以内の小論文を添えて、交通安全課 (TEL)673-8686 市役所内 (TEL)918-5036 (FAX)918-5110 (E)kouan@city.akashi.lg.jp)へ。

※応募用紙は同課(本庁舎6階)、あかし総合窓口、各市民センター、行政情報センターで配布するほか、市ホームページにも掲載



家庭用太陽光発電設備・蓄電池の導入に補助金を交付します

環境創造課(TEL)918-5786 (FAX)918-5192

対象/4月1日～来年3月10日に市内の住宅に対象設備を設置する人

対象設備	補助金額(定額)
①太陽光発電設備	4万円(3歳未満)
	8万円(3歳以上)
②蓄電池	5万円

※新築住宅は対象外

予算額/1950万円

申し込み/7月1日～10月30日(必着)に、申請書(市ホームページからダウンロード可)を郵送で同課 (TEL)673-8686 市役所内)へ

※先着順で予算額に達した時点で受け付け終了



詳しくはこちらから

福祉医療費の新しい受給者証(水色)を6月末までにお送りします

子ども、母子家庭、障害者や高齢者などを対象に、医療費の一部を助成する福祉医療費助成制度の受給者証が7月1日から切り替わります。

引き続き受給資格のある人には新しい受給者証(水色)を6月末までに送付します。なお、再申請は不要です。ただし、次の②の人は現況届の提出が必要です。

【新規受給には申請が必要です】

新たに①～⑤の受給要件を満たした人は対象となります。(①こども医療費以外は所得制限あり)

①こども医療費/0歳から18歳到達後の最初の3月31日までの子ども

②母子家庭等医療費/18歳到達後の最初の3月31日までの子ども(高校在学中の場合は20歳未満)を扶養している母子家庭の母、父子家庭の父、または配偶者に重度の障害がある人およびその子どもなど

③重度障害者医療費・④高齢重度障害者医療費/身体障害者手帳(1～3級)、療育手帳(A、B1判定)または精神障害者保健福祉手帳(1、2級)を持っている人

⑤高齢期移行者医療費/65～69歳で、市民税非課税世帯に属し、本人の前年の年金収入が82万6500円以下の人 ※所得により要介護2以上が必要

※令和8年7月から公費負担医療制度(自立支援医療、指定難病、小児慢性特定疾病等)と同時に利用できるようになります。受診時は各種受給者証などの持参を

お問い合わせ

①②児童福祉課(TEL)918-5027 (FAX)918-5196

③障害福祉課(TEL)918-1344 (FAX)918-5244

④⑤長寿医療課(TEL)918-5026 (FAX)918-5105

スマホで広報紙が読める!! マチイロ

スマートフォンやタブレット用の無料アプリ「マチイロ」で、広報あかしと市議会だよりを配信しています。

二次元コードから簡単に登録できるよ

お問い合わせ/広報課 (TEL)918-5001 (FAX)918-5101



6/26(金)~ 西明石駅周辺の①交通規制を導入、②自転車等放置禁止区域を拡大

駅前広場のオープンに伴う周辺道路の混雑緩和と通学路などの安全で快適な歩行空間を確保するため、一方通行などの交通規制の導入および、自転車等放置禁止区域を拡大します。

①交通規制の導入(同日、午前9時から)



※道幅が狭いため、通行には十分ご注意ください

②自転車等放置禁止区域の拡大



※撤去された自転車などの返還には手数料(自転車2000円、原付4000円)が必要です

お問い合わせ/①道路整備課(TEL918-5205 FAX918-5108) ②交通安全課(TEL918-5036 FAX918-5110)

タウンミーティング

みんなで考えるケアラー支援

ケアをする人も受ける人も、安心して暮らせるまちづくりについて、みんなで一緒に考えてみませんか。



日時/7月11日(土) 午前10時~正午
場所/こども健康センター(パピオスあかし6階)
対象/どなたでも 定員/50人程度
申し込み/7月3日までに、下記の専用フォームまたは電話、ファクシミリ(住所・氏名・ふりがな・年齢・連絡先・話してみたいテーマや参加のきっかけ・所属先や必要な配慮(手話通訳・要約筆記・車いすで来場など)を記入)で福祉総務課(TEL918-5025 FAX918-5106)へ。応募多数時抽選



シルバーサポーター養成講座 二見地区編 ~認知症の人への支援をより専門的に学ぶ~

シルバーサポーターとは...

認知症の人の特徴と関わり方などを学び、より専門的に活動する人のこと。市独自の制度です。

日時/7月24日(金)午後1時~4時

場所/西部文化会館

対象/認知症の人を地域で支援するボランティア活動がしたい人や、対応などをより詳しく学びたい人

定員/50人 費用/無料

持ち物/筆記用具、スリッパ、水分補給できるもの
申し込み/7月10日(必着)までに、専用フォームまたは電話、メール、ファクシミリ(講座名・住所・氏名・ふりがな・電話番号・メールアドレスを記入)で高齢者総合支援室高年福祉係(TEL918-5288 FAX918-5106 kourei-fukushi@city.akashi.lg.jp)へ。先着順
※公共交通機関をご利用ください



脳の健康セミナー&「みんなで脳力アップ教室」開講サポーター説明会

「認知症や脳に関する基礎知識と健康を保つ講座」と、9月から開催予定の「みんなで脳力アップ教室」の教室サポーター募集の説明会を開催します。

日時/7月17日(金)午後1時30分~3時

場所/西部文化会館 定員/50人

持ち物/筆記用具、スリッパ、水分補給できるもの
申し込み/7月3日(必着)までに、専用フォームまたは電話、メール、ファクシミリ(住所・氏名・ふりがな・電話番号・メールアドレスを記入)で高齢者総合支援室高年福祉係(TEL918-5288 FAX918-5106 kaigoyobou@city.akashi.lg.jp)へ。先着順
※公共交通機関をご利用ください



安全・安心のまちづくり講演会 参加者募集

安心・安全について学び、考える講演会を開催します。

日時/7月17日(金)午後2時~4時

場所/市民会館第1・2会議室

内容/講演会「群集安全学から考えるイベントや施設の安全設計」

講師/川口寿裕さん(関西大学社会安全学部教授)

対象/市内在住の人 定員/30人

申し込み/6月22日午前9時から専用フォームまたは窓口、電話、ファクシミリ、メール(講座名・住所・氏名・ふりがな・電話番号・メールアドレスを記入)で総合安全対策室(市役所本庁舎4階 TEL918-5069 FAX918-5140 bousai@city.akashi.lg.jp)へ。先着順



夏の理工チャレンジ2026 パンパースの生産工場で理系の仕事を体験しよう

理工チャレンジ(リコチャレ)は、内閣府が中心となり、女子中高生が理工系分野に興味・関心を持ち、将来の自分をイメージして進路選択することを応援する取り組みです。

日時/7月29日(水)午後1時~4時

場所/P&G明石工場

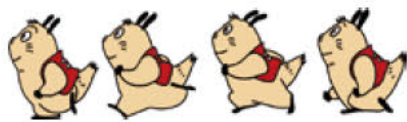
(二見町南二見6 pgakashi.im@pg.com)

内容/工場見学、仕事体験、社員との座談会

対象/市内在住・在学の中学生 定員/20人

費用/無料 申し込み/市ホームページで詳細を確認し、7月13日までに専用フォームで申し込みを。応募多数時抽選

事業についてのお問い合わせ/インクルーシブ推進課(TEL918-6037 FAX918-5617)



子どもたちを水難事故から守るために

これからの季節、海水浴場のほか、ため池や河川など、水辺で活動する機会が多くなります。

子どもたちの命を守るため、家庭や地域で水難事故を防ぎましょう。



この看板の近くで遊ばない▲

お問い合わせ/総合安全対策室 (TEL918-5069 FAX918-5140)

子どもたちの命を守るポイント

- ①雨が降りそうなきや雨が降ったあとは水辺に近づかせない
②ため池、河川、水路、その他の「遊泳禁止区域」などの危険な場所で遊ばせない
③子どもだけで水辺で遊ばせない
④家族で出かけたときも幼い子どもから目を離さない
⑤ライフジャケットを利用し、正しく着用する
⑥危険な場所で遊んでいる子どもを見かけたら注意する



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
6月	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30				

日	月	火	水	木	金	土	
			1	2	3	4	
7月	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

江井島・高丘・明舞 サービスコーナーの臨時開所

時・場 江井島・高丘=6月29日~7月3日午前9時~午後5時15分
明舞=7月6日~17日の平日午前9時~午後5時15分
※いずれも正午~午後1時を除く
取扱業務/住民票の写しの交付や所得証明書の発行など
場 江井島・高丘=大久保市民センター (TEL 918-5620 FAX 918-5622)
明舞=西明石サービスコーナー (TEL 918-5647 FAX 918-5138)

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 6月19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 エスカレーター脇
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
場 マイナンバーカードコールセンター (TEL 918-5266 FAX 918-5138)

認知症川柳を募集します「私、認知症です」と言えるまちへ

認知症にまつわる気持ち、ほっこりしたり、普段は言えないことなどを川柳で表現してみませんか。
主 市社会福祉協議会
募集期間/8月5日まで
対 市内在住・在勤・在学の人
応募方法/各総合支援センターで配布しているチラシまたは同協議会ホームページで詳細を確認し、専用フォームまたは郵送、ファクシミリ(氏名・ペンネーム・住所・電話番号・年齢を記入)で地域総合支援センター認知症川柳担当(〒673-0037 貴崎1-5-13 TEL 924-4501 FAX 924-9114)へ。 ※応募用紙は自由



献血にご協力を

▶明石運転免許更新センター
時 6月21日 午前9時~午後0時30分、午後1時45分~3時

子育て支援センターの催し

主 ふる一つばすけっと
申 記載のないものは直接会場へ
(☆は出張ひろば、会場にご注意を)



▶子育て支援センターにしあかし (TEL・FAX 965-6847)

7/1 10:00~11:00	ママのほっこりじかん (先着6人・6月22日 9:00~来所・電話で受け付け・費用500円)
7/3 10:00~11:00	明石出前講座「今日から始めよう!いい歯で健康」
7/16 10:45~11:15	英語で遊ぼう(先着10組・7月2日 9:00~来所・電話で受け付け)

▶子育て支援センターおおくぼ (TEL・FAX 936-7661)

☆7/1 10:00~11:45	(高丘コミセン)ふれあい遊び・身体測定・プレイルーム
7/7・28 10:00~12:00	子育てナビゲーターによる子育て相談(当日受付・11:30受付終了)
☆7/16 10:00~12:00	(東江井安心コミュニティプラザ)ふれあい遊び・身体測定・プレイルーム 10:15~10:45までくたくたベビーマッサージ(生後6か月まで・先着5組・7月2日 9:00~来所・電話で受け付け)
☆7/28 10:00~11:45	(山手小コミセン)親子ふれあい遊びミニ・身体測定・プレイルーム

▶おおくぼ2階 子ども図書室 (TEL・FAX 936-0126)

7/16 9:30~10:00	英語であそぼう
☆7/19 10:00~11:00	(あかし保健所)人形劇団クラルテによる人形劇(0歳~小学生の子どもと保護者・先着100人・6月19日 9:00~7月16日 16:00に来所・電話で受け付け)
7/25 11:15~11:35	おはなしのへや

▶子育て支援センターうおずみ (TEL・FAX 203-8494)

7/3 10:45~11:15	親子体操(先着8組・6月19日 9:00~来所・電話で受け付け)
7/17 9:30~11:00	作業療法士によるからだの発達相談(予約優先・10:30受付終了)
7/21 9:30~10:30	ベビータッチ&ベビー体操講座(先着10組・7月1日 9:00~来所・電話で受け付け)

里親説明会(毎月開催)

時 ①6月26日午後6時30分~8時
②7月8日午後2時~4時
場 ①ウイズあかし(アスピア明石北館8階) ②明石子どもセンター(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 ※②は「子どもための養子縁組」のミニ講座あり
申 不要、直接会場へ
場 あかし里親センター (TEL 935-9720 FAX 935-9721)



難病個別相談会

時 7月29日、8月5日・17日・28日
いずれも午前9時~正午、午後1時~4時
場 あかし保健所3階
内 保健師による療養生活についての相談
対 難病患者と家族
申 電話またはファクシミリ(氏名・住所・連絡先・疾患名・希望日時を記入)で相談支援課(TEL 918-5669 FAX 918-5440)へ。当日予約可

フリースクールなどと連携した相談会(不登校相談会)

フリースクールなどの説明を聞き、参加者同士での交流をとおして、子どもに合った学びの場を探してみませんか。
時 8月3日午後1時30分~4時
場 三木南交流センター(三木市福井2484-9)
内 フリースクールなど民間団体などの事業・活動説明と個別相談会
対 神戸市以外の県内公立小中学校・義務教育学校に在籍中の子どもと保護者、学校関係者 ※子どもの同伴可 定50人
申 6月22日~7月27日に、専用フォームで県教育委員会事務局生徒指導課(TEL 362-3740 FAX 362-4286)へ。先着



高年クラブ連合会 芸能発表会

時 6月25日午前10時~午後3時
場 市民会館中ホール
内 会員による歌や踊りの発表会
場 同連合会事務局(TEL・FAX 911-5518 火・土・日曜日、祝日休み)

公務員 合同職業説明会

市消防局、自衛隊、明石警察署の仕事内容を紹介し、現場で働く職員に直接質問ができる相談コーナーも。お気軽にご来場を。
時 7月25日午前10時~午後3時
※入退場自由
場 ウイズあかし(アスピア明石北館8階)
申 不要、直接会場へ
場 自衛隊兵庫地方協力本部加古川地域事務所 (TEL 079-426-3290 FAX 079-426-3290) kakogawa.pco.himeji@rct.gsdf.mod.go.jp



募集

市民病院職員 (来年4月1日採用)

職種/①医療ソーシャルワーカー(既卒者は採用日応相談) ②事務職
募集人数/①1人 ②2人程度
試験日/①7月25日 ②7月26日
※いずれも適性検査・基礎能力試験・面接を行います
申 同病院ホームページで詳細を確認し、郵送は7月14日(必着)、持参は7月15日(平日午前8時30分~午後5時15分に受け付け)までに同病院人事課(〒673-8501 鷹匠町1-33 TEL 912-2323 FAX 914-8374)へ



教室・講座

子どものSOSとの向き合い方を学んでみませんか

時 8月1日午前10時~11時30分
場 ウイズあかし(アスピア明石北館7階)
内 講演会「子どものSOSに大人ができること~子どもの声から考える~」
講師/高橋聡美さん(中央大学人文科学研究所客員研究員・看護師)
対 小学生~高校生の子どもがいる保護者、子どもに携わる関係機関の人
定 80人
申 7月17日までに専用フォームまたは電話、ファクシミリ(氏名・ふりがな・住所・電話・ファックス番号・手話通訳・要約筆記の希望の有無を記入)で相談支援課(TEL 918-5669 FAX 918-5440)へ。先着



文化国際創生財団からのお知らせ

主・団文化国際創生財団
(TEL 918-5085 FAX 918-5121)

▶ひとつぶのたね クラシックコンサート
時7月11日午後2時
開演(午後1時30分開場)
場子午線ホール(アスピア明石北館9階)
内「音のたねが芽吹くとき」
出演/吉本沙矢(クラリネット)、相浦薫(チェロ)、山中歩夢(ピアノ)
費小学生以上500円(未就学児無料)
チケット/同財団、チケット for LINEで販売中

▶イベント・セミナー
①家藤正人ジュニア句会ライブ
俳句が初めての子どもも楽しめる「ジュニア句会ライブ」で、俳句の楽しさに触れてみませんか。
時8月8日午後2時開演(午後1時30分開場)
場ウィズあかし(アスピア明石北館7階)
対小学生の子どもと保護者
定100人

②国際理解セミナー「神秘的音色に包まれて ~インドネシア文化と伝統芸能の世界~」
時8月22日午後2時開演(午後1時30分開場)
場子午線ホール(アスピア明石北館9階)
内インドネシアの文化や生活習慣についての講演、伝統の音楽や影絵芝居、舞踊の上演
対どなたでも
定200人
いずれも申①7月17日、②8月21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。
①抽選 ②先着



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)
「知っておきたい睡眠のお話 ~睡眠力は健康力~」
時7月23日午後1時30分~2時30分
内保健師による「睡眠」についての講話

▶ふれあいの里二見(二見町西二見605-1 TEL・FAX 943-4001)
「パラスポーツで心と体の健康づくり!」
時7月28日午後1時30分~3時
内誰でも簡単に取り組めるモルック・卓球バレー体験
いずれも対60歳以上の市民
定20人
申6月20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

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①7月15日 ②7月24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子どもの問題行動に上手く介入するコツ
②子どもに怒りが爆発しそうになった時の対処法
対3歳程度から小学生の子どもと保護者
定各日30人
申①7月12日、②7月20日までに子育て応援ほほえみ隊(TEL・FAX 947-8884)電話または右記の専用フォームで受け付け。先着
※託児あり(要予約・先着)



総合福祉センター新館の催し

場・団総合福祉センター新館
(TEL 927-1125 FAX 927-1126)

①ユニバーサルストレッチα教室
時6月20日午前9時30分~10時30分
内ストレッチや柔らかいボールなどを使った運動

②日曜ポッチャday
時6月28日
午前10時~午後4時

③いきいき貯筋教室
時7月4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

④子どものゆっくり運動教室
時7月4日午前11時~正午
内運動が苦手な子どもが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む
いずれも対①~③どなたでも
④小学生以下
申不要、直接会場へ ※上靴持参



Go!Go!あかしっ子学びの広場

主・場サンライフ明石
(TEL 923-0770 FAX 922-5336)
時7月20日
▶こども体験教室
※各講座の詳細はお問い合わせを

講座名	開始時間
こども将棋入門講座	9:30
理科教室 ~空気砲を作って遊ぼう!	9:30、11:00
絵手紙体験~コースター作り~	10:00、11:00
クルクル回してパトndeダンス!	10:00、11:00
えいごであそぼう! ~はじめての英語レッスン~	10:00、11:00
ジャンピングアニマルをつくろう!	12:30、13:30
こども習字・かきかた!	12:30、13:30
クリアケースのフラワーガーデン	13:00、14:00
アイシングクッキー体験	13:00、14:00、15:00
ねん土をつかってたまごランタン作り	13:00

対小学生以上(未就学児・保護者の参加も可能な教室あり)
費各教室100円~1100円
※事前入金制(材料費込み)
申6月23日午前10時から同施設窓口または電話で受け付け。先着

▶マルシェ・ワークショップ・フリーマーケット・ゲームコーナー(参加自由)
時間/午前10時~午後3時
内パンやお菓子、野菜などの販売、苔テラリウムや雑貨、モールドールづくりなど
費ゲーム1回100円(教室参加者1回無料)



ふれあいプラザあかし西の催し

場・申・団ふれあいプラザあかし西
(TEL 945-0294 FAX 945-0295)
窓口または電話で受け付け中。①は6月20日午前9時から受け付け。先着

①さざなみコンサート
時7月19日午前11時~(約1時間)
内「hitomi&mayumi」によるピアノ&サックス演奏
定100人

②ふれあいカルチャー教室
▶ACEボール体験
時7月5日午後2時~3時 定15人
▶フルーツたっぷりドームケーキを作ろう♪
時7月12日午後1時30分~3時30分
内調理実習と食事
定6組
費1人300円
いずれも対障害者手帳をお持ちの人※付き添い可

③JÓYくらぶ
時7月19日午後2時~3時
内トランポリン・ボール体操など
対知的・発達に遅れのある人 定15人



135Eネット大久保ブロックわがまち障がい福祉フェア

大久保地区の障害福祉事業所(約20団体)が集まり、事業所紹介、自主製品の販売をします。オープニングダンスや演奏会、ユニバーサルスポーツ体験、飲食も楽しめるカフェスペースなど楽しい企画が盛りだくさん!
時7月11日午前10時30分~午後2時30分
場あかし保健所1階多目的ホール
対どなたでも
申不要、直接会場へ
問サポートセンター曙
(TEL・FAX 935-0004)



起業家トークライブセミナー&交流会

主・団産業振興財団
(TEL 918-0331 FAX 918-0332)
時7月16日午後1時30分~4時
場あかし市民図書館
内セミナー「売れる商品のつくり方~頭の中のアイデアを形にする! 顧客の心を動かす商品設計のステップ~」、トークセッション、交流会

対起業を目指す人、起業した人など
定16人
申7月9日までに同財団ホームページの専用フォームで受け付け。先着



スポーツ&アウトドア

石ケ谷公園 ラベンダーのスティック作り

園内で収穫したラベンダーグロソンの花を使って、香りを楽しめるラベンダースティックを作ります(1人3本)。ハーブティーの試飲付き。
主・場・団中央体育会館
(TEL 936-6621 FAX 936-6624)
時7月11日午前10時~正午
※午前8時30分時点で気象警報が発表されている場合は中止
定15人
費1人500円(保険料含む)
申6月16日~30日に、電話または窓口で同会館へ。先着



明石海浜公園 わんぱくキッズスポーツ教室

小学校の体育授業の内容を参考にさまざまなスポーツに取り組み、苦手な種目を克服できるようサポートします。
時9月~来年3月の毎月第2日曜日(全7回) いずれも午前10時~11時10分
場明石海浜公園屋内競技場
対小学3・4年生 定30人
費1回700円(毎回当日支払い)
申同公園屋内競技場事務所
(TEL 943-0873 FAX 942-8650)
窓口または電話で受け付け。先着

おとなのSUP体験

時7月15日・16日
いずれも午前10時~正午(16日は午後1時30分~3時30分にも開催)
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



市家庭バレーボールブロック大会 ども園・小学校チーム募集

主・団市家庭バレーボール連盟
(akashi.f.volley@gmail.com)
時11月22日午前9時~午後6時(試合終了次第解散)
場中央体育会館
対市内のども園児・小学生のママさんチーム(小学校区単位)
費1チーム4000円
申7月21日までに同連盟ホームページから申し込み



明石市 公式LINE 友だち募集中!

日常生活に役立つ情報やごみ収集日のお知らせなどを受け取れます。ID検索は

問デジタル推進課 @akashicity
(TEL 918-5741 FAX 918-5103)





情報アラカルト

スポーツ&アウトドア

ここにこプール開放

主・場・間 総合福祉センター
 (TEL)918-5660 (FAX)918-5661
 ☒soufuku@akashi-shakyo.or.jp
 時7月11日 ①午後1時～2時20分
 ②午後2時30分～3時50分
 対市内在住の障害者手帳・療育手帳を持つ幼児、小・中・高校生と家族(身長140センチ以下の子どもは必ず保護者も入水。オムツ着用者は利用できません)
 定各回15人(家族・介助者を含む、1家族6人まで)
 申6月16日～27日午前9時～午後5時30分に窓口または電話、ファクシミリ、メール(教室名・希望時間・住所・氏名・年齢・電話番号・障害の程度・家族の入水の有無を記入)で、同センターへ。(先着)

明石公園 さわやか早朝太極拳の集い

主・間 市太極拳協会
 (TEL・FAX)922-6414(起塚)
 時6月21日～7月26日の毎週日曜日午前7時～8時(全6回)
 ※雨天中止
 場明石公園 東芝生広場
 内太極拳、練功十八法(中国の健康体操) 対どなたでも
 申不要、直接会場へ

園芸

花と緑の学習園(上ヶ池公園内)の催し

場・間 同学習園
 (TEL)924-6111 (FAX)924-6121
 ▶初夏の山野草展
 時6月20日・21日
 いずれも午前9時～午後4時
 内席飾り、寄せ植え、鉢、実生の4部門に分けて愛好家が育てた山野草約200鉢を展示

▶園芸講習会(夏休み企画)
 「見て触ってびっくり!食虫植物の不思議(苗付き)」
 時7月25日午後1時30分～3時30分
 定20人
 費800円
 申6月25日午前9時から同学習園で電話受け付け。(先着)

菊花栽培教室「福助菊」

時7月18日、8月1日、9月5日
 いずれも午後1時～2時30分(全3回)
 場市菊花栽培場(明石公園内)
 定20人
 費2300円(材料費・テキスト代含む全3回分)
 申6月18日午前9時から花と緑の学習園(上ヶ池公園内 TEL)924-6111 (FAX)924-6121)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・間 同センター
 (TEL)918-2405 (FAX)919-5186)
 ①フウランの手づくり鉢への植え付け
 時7月11日午後1時30分～3時30分
 ②多肉植物の寄せ植え
 時7月18日午後1時30分～3時30分
 いずれも対小学生以上(小学生は保護者同伴)
 定20人
 費①2100円 ②2500円
 申①は6月15日午前9時～21日午後5時、②は7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専用フォームで受け付け。(抽選)
 詳しくはこちら



わが家のアイドル

お料理のお手伝い、ありがとう。これからのいろんな挑戦を応援しているよ!



高橋 明里ちゃん(2歳7か月)

抱き上げる律の重さが変わるたび 終わりは始める「これは?」の日々



齋藤 律ちゃん(2歳5か月)

弟を見ると「ぎゅーちたい」と言って抱き合う姿に毎日癒されています!



脇坂 桃真ちゃん(2歳4か月)

元気いっぱいのお愛彩ちゃん。楽しく踊っている姿に元気をもらっています♡



庭山 愛彩ちゃん(2歳4か月)

広報あかし

No.1455 6月15日号
 発行/明石市
 編集/政策局 広報プロモーション室 広報課
 〒673-8686 兵庫県明石市中崎1丁目5番1号 TEL)078-918-5001(直通) (FAX)078-918-5101
 ☒kouhou@city.akashi.lg.jp https://www.city.akashi.lg.jp/ 明石市

明石市広報番組 市の情報を市民の皆さんへお届け
 明石ケーブルテレビ 地デジ11ch 16日～30日 午後 8時～ 8時10分
 「海峡のまち 明石」 17日～30日 午前10時～10時10分
 市の最新情報や取り組み、身近な話題やニュース 市役所からのお知らせを紹介します

明石市 ホームページでも過去の番組をご覧いただけます