

DV被害者等支援者養成講座 (初級編)

時9月5日午前10時～午後5時
場市役所8階806AB会議室
内DVについての基礎知識や支援に必要な視点、社会資源を学ぶ
対市内でDV被害者支援をしたいと思う人
定20人
申8月28日午後5時までに専用フォームまたは電話、ファクシミリ(住所・氏名・電話番号を記入)で市配偶者暴力相談支援センター(TEL918-5186 FAX918-5617)へ。[抽選]



申し込みはこちらから

青い鳥学級・高砂教室 (視覚障害者社会学級)

主 播磨東青い鳥学級運営委員会
時①9月9日午前11時～午後2時30分
②11月2日午前9時15分～午後2時30分(全2回)
場 ユーアイ帆つとセンター(高砂市高砂町松波町440-35)
内①防犯対策講座、コーラス講座
②工場見学(キッコーマン食品(株)高砂工場)、防災・福祉講座
対視覚に障害のある人 定10人
費各回800円(昼食代含む)
申8月8日～14日までに、電話またはファクシミリで同委員会事務局(TEL079-443-9056 FAX079-443-0919)へ。[先着]

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9月30日まで
内明石焼作りや陶芸体験、学びや健康、美容講座など
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・[先着])。詳しくはこちら
※詳しくはホームページで確認を
主 明石まちゼミ実行委員会(TEL920-8722・長谷)



詳しくはこちらから

あおぞらセミナー2026

時9月5日午後1時30分～3時45分
場ふれあいプラザあかし西 多目的室
内講演会「よりよく生きるための気づきを促すかわり」
講師／橋本正巳さん(兵庫大学教育学部教授)
定100人
申8月8日午前10時～9月4日午後5時に、あおぞら園ホームページの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)で同園(TEL945-0280 FAX945-0281)へ。[先着]
主 明石まちゼミ実行委員会(TEL920-8722・長谷)



詳しくはこちらから

市民病院 市民公開講座 糖尿病内科「糖尿病と肥満のお話」

時8月19日午後2時～3時
場市民病院2階講義室
申不要、直接会場へ
主 市民病院経営企画課(TEL912-2323 FAX914-8374)
詳しくはこちらから



詳しくはこちらから

明石医療センター 市民健康講座

主・主 明石医療センター地域医療連携科(TEL936-1101 FAX936-7456)
主 日頃の疑問にお答えします！～お子さまのアレルギーについて～
時8月8日午前10時～11時30分(午前9時30分から受付開始)
場パピオスあかし5階多目的ホール
内スキンケアや食事の進め方についての講演、専門医による個別相談
定90人
主 知っておきたい「子宮頸がん」について
時8月20日午後2時～3時30分(午後1時30分から受付開始)
場市医師会館
内子宮頸がんワクチンや新しい子宮がん検診についての講演
定100人
いずれも申不要、直接会場へ。[先着]
※詳しくは同センターホームページで確認を



詳しくはこちらから



県立リハビリテーション中央病院 県民公開講座

主・主 県立リハビリテーション中央病院(TEL927-2727 FAX925-9203) rihakoza@hwc.or.jp
時9月19日午後2時～4時30分(午後1時30分開場)
場子午線ホール(アスパシア明石北館9階)
テーマ／「肩が痛い」なぜ?どうする?～セルフケアから手術まで～
定293人
申9月16日までにメールまたはファクシミリ(住所・氏名・電話番号・参加人数を記入)で同病院管理課へ。[先着]
※フェイスタオル持参

お出かけついでに健康チェック イオンモールde健活

血管年齢の測定や脳トレ体操などとおして、気軽に健康チェックをしてみませんか。コナミススポーツクラブのインストラクターによるウォーキングレッスンも同時開催。
時8月25日午前10時～正午
※ウォーキングレッスンは午前11時～11時45分
場イオン明石ショッピングセンター2番街1階 SEAPARK
申不要、直接会場へ
主 同施設(TEL387-6811 FAX934-1707)



シートクラブ 浜の母ちゃん料理教室

時8月19日午前10時～
場県水産会館
内ハモを余すことなく味わう料理に挑戦
定16人
費4950円
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]
詳しくはこちらから



詳しくはこちらから

事業者向け

8月31日は個人事業税 (第1期)の納期限です

お支払いには口座振替、ペイジー対応金融機関のインターネットバンキングやATMのほか、PayPayなどのスマートフォン決済アプリも利用できます。
主 播磨県民局加古川県税事務所(TEL079-421-9902 FAX079-421-4732)

起業家トークライブ セミナー&交流会

主 産業振興財団(TEL918-0331 FAX918-0332)
時8月21日午後1時30分～3時30分
場あかし市民図書館
内女性2人の起業体験談、交流会
対起業を目指す人、起業した人など
定16人
申8月14日まで専用フォームで受け付け中。
[先着]



申し込みはこちらから

生成AI活用セミナー

生成AIを活用した、文章の作成や画像・音楽・動画の企画・制作方法をご紹介します。
主・主 明石商工会議所中小企業相談所(TEL911-1331 FAX911-6738)
時9月1日午後2時～4時
場同会議所5階大会議室

主 中小・小規模事業者
定30人
申8月20日までに、専用フォームで同会議所へ。
[先着]



申し込みはこちらから

スポーツ&アウトドア

石ケ谷公園・中央体育会館 の催し

主 中央体育会館(TEL936-6621 FAX936-6624)
主 石ケ谷自然体験教室「竹で水でっぽうをつくろう!」
時9月5日午後1時30分～2時30分
場石ケ谷公園 石ケ谷自然工房
対4歳以上(小学生以下は保護者同伴)
費500円
主 ハーブのスワッグ作り
時9月13日午前10時～正午
場同会館会議室
内ハーブを束ねて、見た目も香りも楽しめるスワッグ作り(1人1束)。ハーブティーの試飲付き
費800円
いずれも定15人
申8月20日～30日に電話または同会館事務所窓口で受け付け。[先着]
主 第2期スポーツ教室
卓球やフットサル、バレーボールやバドミントンなどの教室受講生を募集します。
申8月15日(必着)までに、往復はがきに必要事項を記入し同会館へ。
[抽選]



申し込みはこちらから

世界大会の舞台でローン ボウルズを体験してみませんか

「ワールドマスタースゲームズ2027関西」のオープン競技として明石公園で行われるローンボウルズを楽しみませんか。
主 市ローンボウルズ協会
時9月22日午前9時～正午、午後1時～4時
場明石公園ローンボウルズコート
定各40人
申8月12日～9月8日に、電話またはメール(氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを記入)で同協会(TEL913-0688) mao1227moe720@outlook.jp・関口へ。[先着]



ユニバーサルスポーツ体験会

年齢や障害の有無にかかわらず、みんなで一緒に楽しむことができるユニバーサルスポーツの体験会を開催します。モルック、車いすバスケ、ボッチャ、卓球バレー、ブラインドボクシング、SSピンポンなどを自由に体験してみませんか。

時9月19日午後1時～3時
場総合福祉センター
対市内在住で障害のある人(一般の人の参加も可)
定100人程度
申8月19日午前9時から同センター窓口または電話、ファクシミリ、メール(住所・氏名・年齢・電話番号・障害の有無を記入)で同センターへ。[先着]



主 総合福祉センター(TEL918-5660 FAX918-5661) soufuku@akashi-shakyo.or.jp