

◇10月の消防出動状況 ()内は前年比

種別	火災	救急	救助
件数	5件(±0件)	1216件(+90件)	32件(+5件)

消防本部 (TEL 921-0119)

◇交通事故概況(速報) ()内は前年比

件数	死者	傷者
1247件(-149件)	4人(-2人)	1470人(-196人)

10月末累計 明石警察署 (TEL 922-0110)

親子de簡単クッキング!
「ジャムクッキー作り」

時 12月15日午前10時～正午
場 あかしこども広場(パピオスあかし5階)
対 3～4歳の子どもと保護者
定 16組 費 1組200円
申 電話かファクシミリまたはメール(参加者全員の氏名とふりがな・性別・年齢・郵便番号・住所・電話番号を記入)で11月26日までに子育て支援課 (TEL 918-5597 FAX 918-6191 kosodate_ouen@city.akashi.lg.jp)へ。(抽選)

文化博物館ワークショップ
さをり織・ティーマット作り

時 12月15日午前10時～10時30分～11時～11時30分
場 文化博物館
定 各回2人 費 200円(材料費)
申 11月25日(必着)までに、はがきかファクシミリ・メールに希望のワークショップ名・希望時間・氏名・年齢・電話番号・住所を記入し、同館(〒673-0846 上ノ丸2-13-1 TEL 918-5400 FAX 918-5409 otoiwase@akashibunpaku.com)へ。※要観覧料。(抽選)

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 heartful-shinki1@fureai-akashi.jp)で受け付け中
①JOYくらぶ
時 12月3日午後1時30分～3時
内 クリスマスのおやつ作りとマナー
対 知的に障害のある人 定 15人 費 300円程度(材料費)
②ボランティア体験教室
時 12月12日午後2時～3時30分
内 レクリエーション「頭と体を使って! II」 定 15人
③ふれあいカルチャー教室
時 12月16日午後2時～3時30分
内 卓球
対 障害者手帳を持つ18歳以上 ※付き添い可 定 15人
④ふれあい体操教室
時 12月20日午後5時30分～6時30分
内 ストレッチ、レクリエーション
対 知的障害児(小、中学生) 定 20人
⑤わいわい交流会♪
時 12月14日午後2時～3時30分
内 ミニ運動会、茶話会
対 20歳以上 定 50人 費 300円(お茶代)

市産業振興財団の催し

①明石夕学サテライト (東京からライブ中継)
時・テーマ・講師 / ▶11月21日「投資の本質～人の可能性に投資する」・藤野英人さん
▶11月22日「仕事人生のリセットボタン:長時間労働時代をいかに完走するか?」・中原淳さん、為木大さん
▶11月28日「イノベーターたちの日本史:近代日本の創造的対応」・采倉誠一郎さん
いずれも午後6時30分～8時30分 定 各30人 費 各1000円(受講回数券あり)
②兵庫県立大学公開セミナー
時・テーマ・講師 / 12月8日午後2時～4時「防災アプリを活用するBCP」・有馬昌宏さん(兵庫県立大学大学院教授)
定 30人
いずれも場 あかし市民図書館 申 電話かファクシミリで同財団 (TEL 936-7917 FAX 936-7916)へ。同財団ホームページからも申し込み可

スポーツ&アウトドア

親子で運動遊び体験in沢池

主 市スポーツ推進委員会
時 12月9日午後1時30分～3時30分(受け付け午後1時～)
場 沢池小学校体育館
内 スポーツ吹き矢、ストラックアウト、スラックライン、ACEボールなど
対 市内在住の5歳～小学6年生の子どもと保護者
定 親子あわせて60人
申 11月24日までに、ファクシミリかメールに、参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学年)・電話番号・参加人数を記入し、スポーツ振興課「親子で運動遊び体験in沢池」係 (TEL 918-5624 FAX 918-5194 event-spo@city.akashi.lg.jp)へ。(抽選)

中央体育会館の催し

▶冬休み親子工作塾～キラキラ光るクリスマスツリーを作ろう!
時 12月2日午後1時30分～3時
内 ペットボトルを使ってライトで光るクリスマスツリー作り。かわいく飾り付けしよう
対 幼稚園～小学3年生と保護者 定 15人 費 500円(保険料込み) ※ペットボトル500ml(キャップ付き)、定規、はさみ、カッター、木工用ボンド、飾り付けしたいもの持参
▶石ヶ谷ハーブイベント～ハーブのリース作り～
時 12月10日午前10時～正午
内 ハーブとつるや木の実を使って「香りのするリース」作り、ハーブティーの試飲

アンパンマンが大好きなはるちゃん。元気に健康ですくすく育ってね。

中崎もりた 森田 悠音ちゃん(1歳7か月)

お歌とダンスが大好きなみゆちゃん。いつもステキな笑顔、ありがとう。

大久保町大窪 西崎 美結ちゃん(1歳5か月)

わが家のアイドル

まいかの笑顔でたくさんの方が幸せな気持ちになれるように。

南王子町 富崎 まいかちゃん(1歳5か月)

おにいちゃんが大好きな楷ちゃん!これからもうっぴい笑顔を見せてね。

大久保町福田 佐藤 楷利ちゃん(1歳7か月)

花と緑のまちづくりセンター(明石公園内)の催し

▶明石公園の野草を見る・楽しむ・学ぶ③
場・申 花と緑のまちづくりセンター (TEL 918-2405 FAX 919-5186)で11月15日午前9時から電話受け付け。(先着)
時 12月3日午前10時～
対 小学生以上
定 20人 費 100円

宝くじ助成事業を活用
布団太鼓の修繕を実施

一般財団法人自治総合センターの宝くじ社会貢献広報事業「コミュニティ助成事業」を活用し、明石の秋祭りを盛り上げる布団太鼓の修繕を実施しました。
お問い合わせ / コミュニティ推進課 (TEL 918-5004 FAX 918-5131)

園芸

託児付き限定 かわいい
クリスマスリースをつくろう

時 12月6日午前10時～正午
場 花と緑の学習園(上ヶ池公園内)
定 10組 ※託児付き希望者のみ受講可
費 1組1500円
申 11月18日午前9時から、同学習園 (TEL 924-6111)で電話受け付け。(先着)

インフルエンザを予防しましょう

健康推進課 (TEL 918-5657 FAX 918-5655)

インフルエンザは、せきやくしゃみの中のインフルエンザウイルスを吸い込んだり、ウイルスがついたものを触った後に目、鼻、口の粘膜などから感染します。自分がうつらない、そして他の人にうつさないようにみんなで注意しましょう。



予防のポイント

- ①手洗い
せっけんをよく泡立て、約20秒程度、両手の内側、指や手首、手の甲も忘れずに洗いましょう。
- ②うがい
うがいは1回目に口の中を軽くすすぐようにし、2・3回目で喉の奥まで洗うことを意識して行いましょう。
- ③せきエチケット
せきやくしゃみが出そうになったら、ティッシュやハンカチで口と鼻を覆いましょう。
- ④体調管理と環境整備
バランスの良い食事、適度な運動や十分な休養を心がけ、体力と抵抗力をつけましょう。空気が乾燥しないように部屋の湿度管理とこまめな換気をしましょう。また体調がすぐれない場合は、人混みを避けましょう。
- ⑤インフルエンザ予防接種の活用
かからないために、またかかっても重症化を防ぐために効果的です。ワクチンの効果が現れるまでに2週間程度かかりますので、早めにうけましょう。ワクチンの効果が持続する期間は、接種した約2週間後から約5か月間です。