

障害者施設による物品販売(8月)

| 主な販売品目 | 販売日 |
|----------------|-----------------------|
| 菓子パン | 2.16 |
| クッキー・パウンドケーキなど | 19 |
| クッキー・お弁当 | 5.19.26 |
| 焼き菓子・チョコレート菓子 | 2.5.12.19 23.26.30 |
| お弁当・お惣菜・丼など・雑貨 | 2.16.23.30 |

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

イライラしない子育て講座

時 9月2日午前10時～11時30分
場 ウイズあかし(アスパア明石北館7階)
テーマ/子どもの問題行動を防ぐコツ<子育てリハーサル法>
講師/門脇和美さん、濱由明子さん(子育て応援ほほえみ隊)
定 15人 ※2歳～就学前の子どもの一時保育あり(要事前予約・保険料1人100円・先着5人)
申 8月20日までに、電話でファミリーホーム和和(TEL・FAX947-8884)へ。
(先着)

高齢者ふれあいの里ヨガ講座
こころもからだもす～つきりヨガ

時 8月26日～12月23日の第2・4・5木曜日午後1時30分～2時30分(全10回)
場 高齢者ふれあいの里大久保
対 60歳以上の市民
定 40人
申 8月10日(必着)までに、往復はがきの往信裏面に住所・氏名・年齢・電話番号を、返信表面に返信先の住所・氏名を記入し、同施設(〒674-0051 大久保町大窪3423 TEL・FAX936-5048)へ。
(抽選)

明石高専 公開講座
光のデザイン模型をつくらう

主・問 明石工業高等専門学校 総務課教育・研究プロジェクト支援室(魚住町西岡679-3 TEL946-6148 FAX946-6041)
時 8月28日午後1時30分～4時
内 光のデザイン模型を作って、イメージ通りの空間をデザインできるか体験してみよう。 ※各自で傷害保険への加入必須
対 小学生と保護者
定 30組
場 同校
申 8月16日午後5時までに同校ホームページの「明石高専公開講座受講申込フォーム」から申し込み。詳しくは同校ホームページを確認を。
(抽選)



スポーツ&アウトドア

石ケ谷自然体験教室 ～石ケ谷でネイチャーゲーム&竹で水でっぽうを作ろう～

時 8月29日午後1時30分～3時
場 石ケ谷公園 石ケ谷自然工房
内 公園で採れた竹で水でっぽう作り。完成したらの当てゲームをして遊ぼう!
対 4歳以上(小学生以下は保護者同伴)
定 15人
費 500円(保険料込み)
申 8月15日までに中央体育会館事務所(TEL936-6621 FAX936-6624)窓口または電話で受け付け。
(先着)

明石海浜公園第3期
スポーツ教室

▶キッズダンス
時 9月7日～10月26日 火曜日(全7回) ※9月21日除く
定 各20人
費 4200円
【Aコース】
時 午後3時45分～4時45分
対 2歳～小学1年生
【Bコース】
時 午後5時～6時 対 小学生
▶サッカー
時 9月1日～10月13日 水曜日(全7回) 定 各20人
費 4200円
【Aコース】
時 午後4時～5時 対 4歳～小学3年生
【Bコース】
時 午後4時50分～5時50分
対 小学生
▶ヨガ
時 9月2日～10月28日 木曜日(全8回) ※9月23日除く
定 各20人 費 4800円
【Aコース】
時 午前10時～11時 対 18歳以上
【Bコース】
時 午前11時15分～午後0時15分
対 18歳以上
いずれも申8月15日までに、往復はがき(教室名・コース名(AかB)・住所・氏名とふりがな・年齢・電話番号・キッズダンスとサッカーは保護者名を記入)で同公園屋内競技場事務所(〒674-0093 二見町南二見8-1 TEL943-0873 FAX942-8650)へ。
(抽選)

水中リズム運動

時 9月2日午後3時～4時
場 総合福祉センター
内 温水プール内で簡単なリズム運動
対 市内に住む障害者手帳を持つ人または60歳以上
定 10人
申 8月2日午前9時から同センター(TEL918-5660 FAX918-5661) soufuku@akashi-shakyo.or.jp)窓口または電話、ファクシミリ・メール(運動名・住所・氏名・年齢・電話番号・障害者手帳所持の有無を記入)で受け付け。
(先着)



第74回
市民バレーボール大会

主 市バレーボール協会
時 9月18日＝一般の部、20日＝ママさんの部 いずれも午前9時～
場 中央体育会館
対 市内在住・在勤者
費 (1チーム)各3000円
申 8月31日(必着)までにはがき(チーム名、代表者名・住所・電話番号を記入)で一般の部は片岡和敏(〒673-0878 山下町13-23サーパス明石公園104 TEL090-5880-9157)へ、ママさんの部は山根由美(〒674-0092 二見町東二見686-109 TEL943-7980)へ

森のようちえん
たこたこくらぶ

主・問 少年自然の家(TEL947-6181 FAX948-5046)
時 9月25日午前10時～午後3時
内 幼児の自然体験活動。一緒にお外に遊びに行こう!
対 市内在住の年中・年長
定 30人 費 1500円
申 9月10日までに少年自然の家ホームページから申し込みを
※詳しくは同施設ホームページで確認を
詳しくはこちらから



園芸

花と緑のまちづくりセンター
(明石公園内)の催し

場・申 8月1日午前9時から同センター(TEL918-2405 FAX919-5186)で電話受け付け。
(先着)
▶ガーデニング②「花と庭づくりのためのポイント」
時 8月22日午後1時30分～
定 20人 費 100円
▶バラの手入れ～夏の管理～
時 8月27日午後1時30分～
定 20人 費 100円

スマホで広報紙が読める!!

スマートフォン用
無料アプリ「マチイロ」

広報あかしは、無料アプリ「マチイロ」で配信しています。市の最新情報があなたのスマホに届きます。

登録方法

①QRコードからマチイロアプリをダウンロードする



Android版はこちら



iOS版はこちら

②「お住まいの地域」を「明石市」に設定する

問 広報課

(TEL918-5001 FAX918-5101)

中央体育会館 スポーツ教室受講生募集<第2期受講生>

| 教室名 | 開催日 | 時間 | 対象 | 人数 | 受講料 |
|-------------|-------------------------|-------------|---------------------------|----------|-------|
| 卓球(火) | 9月7日～11月9日 火曜日(10回) | 9:30～11:30 | 18歳以上(高校生不可) | 40人 | 4500円 |
| B.Bフィットネス | | 13:30～15:00 | 18歳以上(高校生不可) | 15人 | 4500円 |
| フットサル | | 15:45～16:45 | 園児の部(4～6歳) | 各 20人 | 8000円 |
| | 16:45～17:45 | 小学1～3年生の部 | | | |
| | 17:45～18:45 | 小学4～6年生の部 | | | |
| 自力整体 | 9月1日～11月10日 水曜日(10回) | 10:00～11:00 | 18歳以上(高校生不可) | 15人 | 3000円 |
| 卓球(水) | | 13:30～15:30 | 18歳以上(高校生不可) | 40人 | 4500円 |
| スポーツウエルネス吹矢 | | 13:30～15:00 | どなたでも | 15人 | 4500円 |
| 幼児体操 | | 14:00～15:30 | 平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれの幼児 | 40人 | 5300円 |
| わくわくスポーツ | | 16:15～17:15 | 小学1～3年生までの児童 | 40人 | 4000円 |
| バドミントン | 9月2日～11月11日 木曜日(10回) | 9:30～11:30 | 18歳以上(高校生不可) | 24人 | 4500円 |
| 姿勢改善 | | 10:00～11:00 | 18歳以上(高校生不可) | 15人 | 4500円 |
| すこやか健康体操 | | 13:30～15:00 | おおむね60歳以上 | 40人 | 4800円 |
| ヨガ | | 14:00～15:00 | 18歳以上(高校生不可) | 15人 | 4500円 |
| キッズダンス | | 18:15～19:30 | 小学生 | 15人 | 6000円 |
| 大人のフットサル | 9月3日～11月12日 金曜日(10回) | 19:00～20:45 | 40歳以上の男性 | 25人 | 5000円 |
| 女子フットサル | | 19:00～20:45 | 高校生以上の女性 | 25人 | 5000円 |
| バレーボール | 9月11日～11月27日 土曜日(8回) | 9:30～11:30 | 18歳以上(高校生不可) | 40人 | 3600円 |

申 往復はがきに教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号と、子どもの教室は生年月日・保護者名、フットサルは部名を記入し、8月15日(必着)までに、中央体育会館(〒674-0053 大久保町松陰1126-47 TEL936-6621 FAX936-6624)へ。
(抽選)