



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
7	3	4	5	6	7	8
	10	11	12	13	14	15
	17	18	19	20	21	22
	24	25	26	27	28	29
	31					30

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
8	7	8	9	10	11	12
	14	15	16	17	18	19
	21	22	23	24	25	26
	28	29	30	31		

お知らせ

国民健康保険料休日納付相談

時7月9日午前9時30分～午後4時30分
対国民健康保険証の更新や保険料の納付相談が必要な人
場・問 国民健康保険課収納係(市役所本庁舎2階 TEL918-5023 FAX918-5105)

マイナンバーカード出張申請

写真の撮影(無料)と、申請書記入のサポートを実施します。
時7月14日・15日いずれも午前10時～午後4時
場西部図書館 定各50人
申電話でマイナンバーカードコールセンター(TEL918-5266 FAX918-5138)へ。(先着)
※マイナポイント第2弾が始まっています。詳しくは、マイナポイント事業ホームページを確認を 詳しくはこちら
問産業政策課(TEL918-5098 FAX918-5126)

就学義務猶予免除者などの中学校卒業程度認定試験

出願期間/7月4日～9月2日(消印有効)
試験日/10月20日
問学校教育課(TEL918-5055 FAX918-5111)
※詳しくは、文部科学省のホームページを確認を 詳しくはこちら

ファミリーサポートセンター出張登録説明会

時7月21日午前10時～11時15分
場魚住市民センター
内子どもの預かりや送迎のサポートを受ける場合の説明会、会員登録
対サポートを希望する市内在住・在勤・在学者
定4人 ※託児あり(生後6か月以上)
申7月19日までに、電話またはメール(氏名とふりがな・電話番号・託児希望の有無を記入)で市ファミリーサポートセンター(TEL915-1277 akashifamisapo@kobe.coop.or.jp)へ。(先着)

勤労福祉会館の催し

主・場 勤労福祉会館
▶SDGs体験ワークショップby神戸商業高校
時7月23日午前10時～午後3時
内お店屋さんごっこ、お菓子釣り、輪投げなどのゲーム、手作りワークショップを通して、SDGsを体験
対どなたでも
費無料～50円(1回)
▶勤労夏まつり2022
時7月31日午前10時～午後4時
内レザークラフトなどのワークショップ、パンやクッキーの物販、あかし玉子焼きづくり体験など
対どなたでも
費無料～500円程度
いずれも申窓口または電話で同会館(TEL918-5422・917-3800 詳しくはこちら)へ。火曜日休館

公務員 合同職業説明会

自衛隊、市消防局、県明石警察署、神戸刑務所などの仕事を紹介します。
時7月17日午前9時～午後5時
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
問明石警察署警務課(TEL922-0110 FAX924-0110)



募集

「みんなで脳力アップ教室」の教室サポーター募集!

教室で行う高齢者向けの簡単な読み書き、計算などの「脳力アップ」をサポートしてくれる人を募集します。
時8月23日～来年2月21日までの毎週火曜日(年末年始除く)午後1時～3時30分 ※活動日の調整可
場あさぎ福祉センター
対8月2日午後1時～4時30分に同センターで行う、教室サポーター・スタート研修に参加できる人
申7月15日までに電話またはファクシミリ、メール(住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを記入)で地域共生社会室地域総合支援担当(TEL918-5289 FAX918-5049 kaigoyobou@city.akashi.lg.jp)へ

教室・講座

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 (TEL945-0294 FAX945-0295)
窓口または電話で7月5日午前9時から受け付け。(先着)
①ボランティア体験教室
時8月2日午後2時～3時
内みんなで楽しく手話体験
対どなたでも
定15人
②健康レストラン
時8月16日正午～午後1時30分
内講話「かしこく食べて骨密度アップ!」と食事
対20歳以上 定12人
費750円程度(材料費)
③ダンスで楽しく健康に♪
時8月19日・26日、9月9日・16日午後2時～3時(全4回)
内はじめてのフラダンス♪
対60歳以上
定20人
④スポーツ講習会
時8月20日午後2時～3時
内講話「骨をコツコツ鍛えるコツ!」
対どなたでも
定35人
⑤スツキリボディ運動教室
時8月27日午前10時～11時
内健康体操
対30～59歳
定20人
費300円(保険料)
※年間登録での参加受付中

エクササイズで健康度アップ教室あかし健康ソムリエプロジェクト

主あかし健康ソムリエ会
▶人丸小コミセン
時7月20日午前10時～11時30分
▶大久保市民センター3階
時7月20日午前10時～11時30分
▶林会館(林コミセン)
時7月27日午前10時～11時30分
▶二見北小コミセン
時7月27日午前10時～11時30分
いずれも内健康チェック、明石焼体操、各種健康体操など
対どなたでも
持ち物/上靴(大久保は不要)、飲み物
※マスク着用、自宅検温を
申不要、直接会場へ(人数制限あり)
※公共交通機関で来場を
問健康推進課(TEL918-5657 FAX918-5440)

県立大学看護学部 夏休み公開講座「乳児期の食事～育児体験しよう～」

時8月4日午後1時～3時
場兵庫県立大学明石看護キャンパス
対小学3年生～中学3年生(保護者同伴可) 定25人 費1人1000円
申7月8日までに、ファクシミリかメール(参加者全員の氏名とふりがな・学年・住所・緊急連絡先を記入)で同キャンパス(TEL925-9404 FAX925-0858 koukaikouza@cnas.u-hyogo.ac.jp)へ。(抽選) 申し込みはこちら

介護職員初任者研修旧ヘルパー2級講座

主・申・問 明石恵泉福祉ケアスクール (TEL940-8205 FAX940-8206)
時7月20日～来年1月4日の毎週水曜日 午前9時～午後4時30分(全23回・実習2日間含む)
場特別養護老人ホーム恵泉など
定20人
費4万6150円(テキスト代・実習費・保険料など含む) 詳しくはこちら

起業応援セミナーあかし2022

時7月30日午後1時30分～4時
場明石商工会議所
内講演「日本からワーキングプアを無くす SDGs時代におけるスタートアップの挑戦」、パネルディスカッション「起業家2人による体験談」
対起業を目指す人、起業後おおむね5年以内の人
定会場=50人、オンライン=50人
申7月25日までに、申込書(明石商工会議所ホームページに掲載)に必要事項を記入し、ファクシミリで同会議所(TEL911-1331 FAX911-6738)へ。または産業振興財団ホームページから申し込み。申し込みはこちら

オンライン Zoom開催「タイムマネジメント実践セミナー」

主・問 産業振興財団(TEL918-0331 FAX918-0332)
時7月19日午後2時～4時
内管理職の時間と仕事の考え方、時間の有効活用の要点を紹介
定20人
申7月12日までに同財団ホームページの専用フォームから申し込み。(先着) 申し込みはこちら