



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
6月	4	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	

	日	月	火	水	木	金	土
7月	2	3	4	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

お知らせ

土曜日市税納付相談

時6月17日午前9時～正午
市税を納期限内などに納付することが困難な人(課税内容や申告を除く)
場・納税課(市役所西庁舎2階)
TEL918-5016 FAX918-5132)

市・県民税 納税通知書を 送付します

発送日/6月13日
納期限/6月30日・8月31日・10月31日・令和6年1月31日(年4回)
市民税課 (TEL918-5013 FAX918-5104)

受け取りはお早めに 6月の マイナンバーカード臨時交付窓口

▶平日夜間
時午後5時45分～7時30分

場所	曜日
あかし総合窓口	月～金曜日
市民課 (市役所本庁舎2階)	火・木曜日
大久保市民センター	
魚住市民センター	
二見市民センター	

▶休日
時午前9時15分～午後5時

場所	土曜日	日曜日
あかし総合窓口		6月4日・11日・25日
市民課 (市役所本庁舎2階)	6月3日・10日・17日・24日	
大久保市民センター		

市民課マイナンバーカードコールセンター (TEL918-5266 FAX918-5138)で電話受け付け
※予約が必要です

特定医療費(小児慢性・指定難病) 受給者証の更新手続き

受付期間/6月12日～8月18日
場あかし保健所 3階
小児慢性=9月30日まで有効の受給者証を持ち、10月以降も受給を希望する人 指定難病=10月31日まで有効の受給者証を持ち、11月以降も受給を希望する人
※対象者には更新の案内を郵送済み。来所の際は要予約。郵送可
健康推進課 (TEL918-5657 FAX918-5440)

江井ヶ島駅北地区の都市計画 変更案 意見募集・説明会

都市総務課(市役所本庁舎7階)
TEL918-5037 FAX918-5109
tosou@city.akashi.lg.jp
▶意見募集
期間/7月3日まで
持参・郵送・ファクシミリ・メール(住所・氏名・年齢・意見(様式自由)を記入)で同課へ ※計画案は市ホームページで閲覧可
▶説明会
時6月18日午後2時～
場西江井自治会館(大久保町江井島318) ※詳しくは市ホームページで確認を

6月4～10日は「歯と口の健康週間」セルフケアとプロケアのWケアがおすすめ

生涯自分の歯でおいしく食べるために、毎日お口のセルフケアをしましょう。特に歯と歯の間は、歯ブラシが奥まで届かず歯垢(汚れ)が残りやすいので、フロスや歯間ブラシも併用しましょう。また、歯周病は糖尿病をはじめとする全身の病気に影響を与えます。歯科健診で定期的にお口の中をチェックしてもらいましょう。
健康推進課 (TEL918-5657 FAX918-5440)

救助訓練を一般公開します

8月25日に北海道札幌市で開催される「第51回全国消防救助技術大会」出場に向けた救助訓練を一般公開しています。また、訓練内容などの質問に救助隊員がお答えします。
時7月21日まで毎日午後2時～5時
不要、直接会場へ
場・消防局消防署(藤江924-8)
TEL918-5273 FAX918-5983)

2023勤労祭

場・勤労福祉会館 (TEL918-5422 FAX918-5423)
時6月25日午前10時～午後4時
動物の紙工作やクッキー作りなどのワークショップ、パン・クッキー販売、ミニゲームコーナーなど
どなたでも(小学生以下は保護者同伴)
無料～100円程度
6月2日から窓口または電話で同会館へ
詳しくはこちらから

優良運転者の申請受け付け (金・銀・銅賞)

受付期間/6月30日までの月～金曜日(祝日を除く)午前9時～11時30分、午後1時～4時
免許証・印鑑・会員証・無事故無違反証明書交付手数料670円を持参し、明石交通安全協会(田町2-10-10)
TEL923-1881 FAX923-1883)窓口へ ※各賞により条件が異なります。詳しくはお問い合わせを

第14回ここカフェ (認知症カフェ)

場明石こころのホスピタル(藤江1315)
時6月18日午後2時～3時
心理師による認知症の周辺症状と対応の仕方、認知症に関する相談など
どなたでも 定15人
6月14日まで同施設 (TEL923-0877 FAX923-8262)で電話受け付け中 ※当日参加はお問い合わせを

教室・講座

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

あかし健康ソムリエ会
▶SP21人丸
時6月21日午前10時～11時30分
場人丸小コミセン
▶SP21大久保
時6月21日午前10時～11時30分
場大久保市民センター3階
▶SP21林
時6月28日午前10時～11時30分
場林会館(林コミセン)
▶SP21二見
時6月28日午前10時～11時30分
場二見北小コミセン
いずれも健康チェック、明石焼体操、各種健康体操など
どなたでも
持ち物/上靴(大久保は不要)、飲み物
不要、直接会場へ(人数制限あり)
公共交通機関で来場を
健康推進課 (TEL918-5657 FAX918-5440)

ふれあいプラザあかし西の催し

場・ふれあいプラザあかし西 (TEL945-0294 FAX945-0295)
窓口または電話で6月5日午前9時から受け付け。
健康クッキング「転ばぬ先の骨! 骨を丈夫にする食事」

時7月6日午前10時～午後0時30分 内お話と調理実習

対20歳以上 定10人
費800円程度(材料費)
②すすく計測
～大きくなったかな?～
時7月13日午前10時～11時45分
身長・体重測定、育児のよろづ相談
未就学児と保護者
③ヘルシープラス
時7月21日午後2時～3時
楽しくフラダンス
対30歳以上 定30人
④エンジョイ☆クッキング
時7月27日午前10時～午後1時30分
明石のタコを使った料理
対小学1～4年生と保護者(対象年齢外のきょうだいの参加可)
定6組
費1人600円程度(材料費)
⑤ふれあい親子陶芸
時7月29日午前9時30分～11時30分
土からの陶芸作品づくり
対小・中学生と保護者 定4組
費1人150円(材料費)

市民救命士講習

場・防災センター (TEL918-5910 FAX918-5911)
▶講習I(成人)
時7月9日午前9時30分～午後0時30分
心肺蘇生法、AEDの実技など
定16人
▶講習II(子ども)
時7月23日午前9時30分～午後0時30分
小児、乳児、新生児の心肺蘇生法、AEDの実技など
定12人
いずれも市内在住・在勤・在学の中・小学生以上
6月1日午前9時から同センターホームページの申込フォームで先着順に受け付け ※講習修了者には修了証を交付
詳しくはこちらから

骨盤調整体験会 骨盤から背骨のゆがみの姿勢チェック

時6月25日午前9時30分～午後4時
※1人30分程度(時間帯指定で予約受け付け)
身体ゆがみなどが気になる人で初めて参加する人 定11人
場・6月2日午前9時から勤労福祉会館 (TEL918-5422 FAX918-5423)窓口または電話で受け付け。
先着