

0歳から聴けるクリスマスコンサート

12/3

赤ちゃんが泣いてもOK! 演奏中の出入りもOK!

ジュニアステージ

高校生以下のオーケストラ!
赤ちゃんも楽しめる30分♪
時間/午前11時30分~
(午前11時開場)
費用/大人500円
高校生以下300円

明石フィル・ステージ

迫力のフルオーケストラ!
テーマは「音楽の動物園」♪
時間/午後3時~
(午後2時15分開場)
費用/大人1000円
高校生以下500円

※いずれも2歳以下はひざ上鑑賞無料

日程/12月3日(日) 場所/市民会館大ホール
出演/明石フィルハーモニー管弦楽団、同ジュニア・オーケストラ
内容/クリスマスソングやアニメ音楽
チケット/明石・西部市民会館、あかし案内所ほかで販売中
主催・お問い合わせ/明石フィルハーモニー協会
(TEL 918-5085 FAX 918-5121)

授乳室・おむつ替えスペースあります

勤労クリスマスコンサート★2023

12/17

日時/12月17日(日)午後1時30分~
3時30分(午後1時開場)

場所/勤労福祉会館 多目的ホール
出演/シンシアウインドオーケストラ
レガロウインドオーケストラ

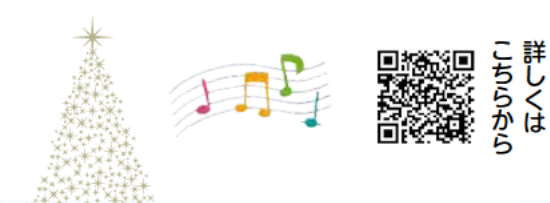
定員/100人

費用/無料

主催・申し込み/

11月15日から同会館 (TEL 918-5422・
917-3800 FAX 918-5423) 窓口または
電話で先着順に受け付け

どなたでもOK



詳しくはこちらから



インフルエンザ・

新型コロナウイルス感染症の 同時流行に注意!

「うつらない・うつさない」ための予防行動をしっかりととりましょう。
お問い合わせ/健康推進課 (TEL 918-5657 FAX 918-5440)

手洗い

- せっけんを使用する
- 親指・指先・手首・手の甲の洗い残しに注意する

マスク

- 鼻と口をしっかりと覆う
- 鼻・ほお・あごとマスクのすき間をなくす
- 外すときには表面を触らないようにひも部分を持つ

体調管理

- 検温と風邪症状の確認を毎日行う
- 適度な湿度 (50 ~ 60%) を保つ (例) 濡れタオルを部屋に干す
- 免疫力を上げるために健康づくりに取り組む (例) 1日3食しっかり食べる、こまめに運動をする など

風邪症状がある場合はマスクを着用しましょう

予防接種

予防接種は発症する可能性を減らし、重症化を防ぐ効果があります。インフルエンザワクチンと新型コロナワクチンの同時接種などは、医療機関にご相談ください。

自宅での療養に備えた準備も大切です!

- ・脱水時の水分補給 ・食料品 (レトルトのお粥、うどんなど)
- ・医薬品 (アセトアミノフェン系の解熱剤など)
- ・冷却グッズ (氷枕など)

11/26

2023

口腔保健のつどい

~口から始まる健康づくり~

申し込み不要 直接会場へ!

主催・お問い合わせ/市歯科医師会

(TEL 962-8020 FAX 936-9110)

日時 11月26日(日)午後1時~3時30分

場所 あかし市民広場、こども健康センター (パピオスあかし2階・6階)

- 内容 **子ども向け** 歯列矯正相談、ブラッシング指導、1日歯医者さん体験、フッ素塗布など
- 大人向け** 成人歯科健診、口腔がん相談、お口の元気度チェックなど

参加無料



詳しくはこちらから



明石市表彰式 功労者を表彰

11/1

11月1日、市政の発展に貢献された人を表彰する「明石市表彰式」を開催しました。式典では、受賞者に表彰状が渡されたほか、明石を訪問中のバレホ



表彰状を受け取る受賞者

市親善交流団から「市制記念日おめでとうございます。これからも両市の素晴らしい文化を分かちあっていきたいです。」と祝辞が述べられ、会場は大きな拍手に包まれました。バレホ市代表者 ペルトン・スチュワートさん



わが家アイドル

食べて歌って踊ることが大好き! いつでもねえねのまねっこ♪ わが家の癒し♡



新明町 帆花ちゃん(1歳7か月)
藤原 ほのか

元気で可愛い末っ子ゆかちゃん。みんなに癒しをありがとう! だいきだよ♡



魚住町住吉 侑華ちゃん(1歳6か月)
西村 ゆか

元気いっぱい! わが家に笑顔のあかりをともしてくれてありがとう♡



和坂 長尾 燈ちゃん(1歳6か月)
ながお あかり

毎日家族を笑顔にしてくれてありがとう。小林家のアイドルです♡



魚住町住吉 小林 頼叶ちゃん(1歳6か月)
こばやし らなと