



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
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	30

日	月	火	水	木	金	土
	1	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	30				

お知らせ

4月1日から一部銀行の窓口で 公共料金などの納付ができなくなります

4月1日から三菱UFJ銀行・みずほ銀行の窓口で、税金・保険料などの公金や上下水道料金などの公共料金の取り扱いができなくなります。(口座振替はこれまで通り取り扱います) 窓口納付は他の取り扱い銀行(市ホームページに掲載)をご利用ください。

☎ 会計室 (TEL 918-5053 FAX 918-5123)、水道局業務係(水道料金お客様センター TEL 915-0270)

朝霧自転車保管庫を 3月31日に閉鎖します

朝霧駅、明石駅周辺で条例に基づいて撤去した自転車などは4月1日から、谷八木自転車保管庫に保管します。引き取りが困難な場合はお問い合わせください。

☎ 交通安全課 (TEL 918-5036 FAX 918-5110)

4月から龍の湯の高齢者ふれあい 入浴の料金が変更になります

燃料費などの高騰に伴い、4月から龍の湯の高齢者ふれあい入浴の料金が390円から650円に変更になります。ご利用の際はシニアいきいきパスポートの提示を。 ※祝日の入浴料は異なります。市内の公衆浴場(6か所)の入浴料に変更はありません

☎ 高齢者総合支援室 (TEL 918-5166 FAX 918-5133)

明石フィルハーモニー管弦楽団 第34回 定期演奏会

時 3月31日午後2時～(午後1時15分開場)

場 市民会館大ホール

曲目 / ファンパーディング(歌劇「ヘンゼルとグレーテル」序曲)、ブルッフ(ヴァイオリン協奏曲第1番)、ドヴォルザーク(交響曲第9番「新世界より」)

出演 / 松井隆司(指揮)、田村咲葉(ヴァイオリン独奏)

料 大人1500円、高校生以下500円 ※当日券あり

☎ 明石フィルハーモニー協会 (TEL 918-5085 FAX 918-5121)



子育て支援センターの催し

☎ ふる一つばすけっと

☎ 記載のないものは直接会場へ (☆は出張ひろば、会場にご注意)

▶ 子育て支援センターにしあかし (TEL・FAX 965-6847)

4/1 11:00~12:00	おさんぽ絵本の会
4/5 9:30~10:00	親子ヨガ(先着10組・3月22日午前9時~来所・電話で受け付け)
4/10 9:30~12:00	言語・発達相談(予約優先)

▶ 子育て支援センターおおくぼ (TEL・FAX 936-7661)

☆4/3 10:00~11:45	(高丘コミセン) 絵本と子育ての部屋ミニ・身体測定・プレイルーム
☆4/18 10:00~12:00	(東江井安心コミュニティプラザ) ふれあい遊び・身体測定・プレイルーム 10:15~10:45でくくベビーマッサージ(生後6か月まで・先着8組・4月4日午前9時~来所・電話で受け付け)
☆4/23 10:00~11:45	(山手小コミセン) 親子ふれあい遊びミニ・身体測定・プレイルーム

▶ おおくぼ2階 とも図書室 (TEL・FAX 936-0126)

4/11 11:15~11:30	おはなしの会
4/18 10:45~11:15	英語であそぼう
4/21 10:00~10:30	英語絵本おはなし会(3歳~小学生の子どもと保護者・先着20人・4月2日午前9時~来所・電話で受け付け)

▶ 子育て支援センターうおずみ (TEL・FAX 203-8494)

☆4/2 10:00~11:45	(浜西コミュニティプラザ) 絵本と子育ての部屋ミニ・身体測定・プレイルーム
☆4/16 10:00~11:45	(魚住市民センター) 親子ふれあい遊びミニ・身体測定・プレイルーム
4/23 10:30~11:30	あかし出前講座「親子で健康づくり」

募集

子ども財団 西日本子ども研修センター
あかし パート職員(5月採用)

職種・☎ / 司書(パート職員)・1人
対 1960年(昭和35年)4月2日以降生まれの司書有資格者
試験日 / 4月16日(個人面接)

☎ 4月5日(必着)までに、応募書類を簡易書留で同財団(T674-0068 大久保町ゆりのき通1-4-7 TEL 920-9675 FAX 920-9671)へ
※応募書類など、詳しくは同センターホームページで確認を
詳しくはこちらから



あかしDEミュージカル7 「ぼくたちの銀河鉄道」出演者

7月15日に市民会館中ホールで開催する本公演の出演者を募集します。

☎ 文化国際創生財団 (TEL 918-5085 FAX 918-5121)

稽古日時 / 5月11日から本番までの土・日曜日、祝日の21日間 午後1時~5時

稽古場所 / 町劇Akashi、勤労福祉会館など明石駅周辺
対 小学5年生~大学生
※稽古に参加できる人、経験不問

定 20人

費 2万円(保険料込み)

☎ 4月30日まで同財団ホームページの専用フォームから受け付け。☎ 申し込みはこちらから



教室・講座

ふれあいプラザあかし西の催し

場・申・☎ ふれあいプラザあかし西 (TEL 945-0294 FAX 945-0295)

窓口または電話で受け付け中。①は3月20日午前9時から受け付け。☎

① さざなみコンサート

時 4月14日午前11時~(約1時間)

内 「AKP」によるフォルクローレ(南米音楽)

定 80人

② ふれあいカルチャー教室

▶ 卓球

時 4月7日午後2時~3時

☎ やさしい卓球教室

定 15人

▶ 春のお弁当作り

みんなでお弁当を食べよう♪

時 4月14日午前10時~午後0時30分

☎ 調理実習と食事

定 6組

費 1人300円

いずれも☎ 障害者手帳をお持ちの人(付き添い可)

③ JOYくらぶ

時 4月21日午後2時~3時

☎ トランポリン、ボール体操など

☎ 知的に障害のある人(付き添い可)

定 15人

骨盤調整体験会

時 4月28日午前9時30分~午後4時
※1人30分程度(時間帯別で予約受け付け)

☎ 骨盤から背骨のゆがみの姿勢チェック

☎ 身体のゆがみなどが気になる人で初めて参加する人

定 11人

場・申 3月15日から勤労福祉会館 (TEL 918-5422 FAX 918-5423)

午前9時~午後5時 火曜日休館) 窓口または電話で受け付け。☎



サンライフ明石の催し

☎ 場・申 同会館 (TEL 923-0770 FAX 922-5336) 窓口または電話で受け付け中。☎

① 体操教室~フレイル予防で健康長生き~

日時	内容
① 水曜日 9:15~10:45	若さを維持するパワフル体操
② 水曜日 11:00~12:30	老化を防ぐいきいき健康体操
③ 金曜日 13:15~14:45	しっかりサポート楽しむ体操
④ 金曜日 15:00~16:00	健康寿命を延ばすゆっくり体操

定 ①~③各50人、④20人

費 各4000円(3か月分)

※無料体験あり

② 夜ヨガ教室「リフレッシュヨガ」

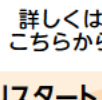
お勤め帰りや、家事の間にリフレッシュしてみませんか。肩こり、腰痛、冷え性、ストレス解消に効果的です。

時 毎月第2、第4金曜日 いずれも午後6時15分~7時45分

定 若干名

費 4800円(6回分)

※無料体験あり



シンポジウム「明石公園のリスタート ~みんなの声と手で~」

明石公園のあり方についての議論の振り返りや、市民・行政・専門家など多様な人々が一緒に公園づくりを進めていくためのポイントについて対話をします。

☎ 県公園緑地課 (TEL 362-9309 FAX 362-4454)

時 3月20日午後1時~2時30分

場 明石商工会議所

定 150人

☎ 3月19日午後5時まで専用フォームで受け付け

中。☎ 申し込みはこちらから

