

講座・イベント

なつかしの正月遊び

獅子に噛んでもらって、無病息災を願いましょう。

日時：1/6 (土) 9:30～11:30

内容：凧あげ、竹馬、こままわし、けん玉、めんこ、羽根つき、福わらい、お手玉、百人一首、くじ引き、射的、ポン菓子、わた菓子、福獅子
※市連合婦人会によるぜんざいの振る舞いもあります。

参加費：無料

場所・問合先：善防公民館

☎ 48-2643

フラワーアレンジメント

バレンタインに合うお花を飾ろう。

日時：2/10 (土) 9:30～11:30

講師：竹部美樹子さん (Atelier Cocoa-coco 主宰 プリザーブドフラワー & アーティフィシャルフラワー デコレーター)

定員：先着 16人

参加費：2,300円 (材料費含む)

場所・申込先：北部公民館

☎ 45-0103



絵本と音楽でつづるおはなし会—スペシャル8—

『あおくときいろちゃん』『わんぱくだんのはしれ!いちばんぼし』などの絵本にあわせて作曲されたオリジナルのメロディーをバックにお話をします。ストーリーテリング (語り手が昔話や創作などの物語を覚え、語り聞かせること) やわらべうた、手遊びもあります。

日時：2/3 (土) 14:00～15:00

場所：アスティアかさい3階集会室

読み手：かさい・えほんの森

作曲・演奏：名定澄子さん

入場：無料

問合先：図書館 ☎ 42-3722

大丈夫? 将来設計は… ～保険や年金から考える～

平成30年度の保険制度に税制度が改正されます。「今のままで大丈夫? 働き方は? 保険や年金はどうなるの?」など、税改正を踏まえて将来設計についてのセミナーです。

日時：1/21 (日) 13:30～15:30

場所：アスティアかさい3階集会室

講師：沼澤郁美さん (社会保険労務士)

定員：40人

参加費：無料

申込先：ふるさと創造課 ☎ 42-8706

ダブルダッチ教室

ダブルダッチは、2本のロープを使って跳ぶなわとびです。一見難しそうに見えるスポーツですが、なわに入るタイミングが分かれば誰でも気軽に跳ぶことができます。究極のスピードとテクニックを磨いてみませんか。

日時：2/9 (金)、16 (金)、23 (金)、3/2 (金)、16 (金) 19:00～21:00

場所：勤労者体育センター

講師：兵庫県ダブルダッチ協会 (HDDA)

内容：基礎・応用練習など

対象：中学生以上

定員：先着 20人 **参加費**：無料

持ち物：運動のできる服装、体育館シューズ、飲み物

申込：件名を「ダブルダッチ教室応募」とし、住所・氏名・年齢・電話番号 (未成年は緊急連絡先) を明記してメール (bunka@city.kasai.lg.jp) で申し込みください。

※申込後、3日以上たっても「受付完了メール」が届かない場合は、電話でお問い合わせください。

問合先：文化・観光・スポーツ課 ☎ 42-8773

ふるさと再発見ハイキング

■修布里の「三巨岩伝説」を探る

富田地区は、播磨国風土記に修布里として登場し、古来より栄えていました。畑町の信仰の山である「高峰山」には、神社や多くの史跡が存在し、個性ある伝承が残ります。今回は、山麓のイザナギ谷の三巨岩の伝説を探ります。小雨決行。

日時：1/21 (日) 9:00～13:00

集合場所：観光案内所 (北条町駅内)

コース (約10km)：観光案内所～懐徳碑～北条の宿～酒見寺～小谷石仏～乳の井戸～ゆるぎ岩～勝負岩～鏡岩～観光案内所

参加費：300円 (傷害保険料)

企画：歴史街道ボランティアガイド、観光まちづくり協会

申込先：観光案内所 ☎ 42-8823

※当日参加も可能です。

『餅つき de 婚活』 おもちをついて、食べて、♡トークも弾む♪ 素敵な恋を膨らまそう!

日時：1/20 (土) 10:00～15:00 受付 9:30～

場所：オークタウン加西

対象 (定員)：18～49歳の独身の方 (男女とも20人)

※本人確認のため、当日受付で身分証明書を提示してください。

参加費：男性 3,000円 女性 2,000円

※加西市出逢いサポートセンター登録者は1,000円 off (募集締切日までに登録の方は割引可)。締切日後のキャンセルは、キャンセル料がかかります。

申込：①住所②氏名③生年月日④電話番号⑤メールアドレスを明記の上、加西市出逢いサポートセンター (kasaideaisapo@gmail.com) へメールしてください。※携帯電話で申込の場合は、受信指定をしてください。

募集期間：1/14 (日) まで **協力**：かもの郷ファーム

問合先：加西市出逢いサポートセンター ☎ 43-1551 (いごち)

播州いのべ〜団 ☎ 080-6141-1151 (いいこい)



運動教室 & イベント

■自主活動応援教室

簡単なストレッチ、リズム体操、脳トレーニングを覚えて、地域などの自主活動で実践しませんか。

日時：1/12 (金) 13:30～14:30

場所：健康福祉会館

持ち物：上履き、タオル、筆記用具、飲み物

■大人のよか余暇くら部

日時：1/26 (金) 19:00～20:30

場所：勤労者体育センター

内容：ソフトバレーボール

対象：20～60歳の方

持ち物：上履き、タオル、飲み物

■運動普及員養成講座

簡単なストレッチ、リズム体操、脳トレーニングを覚えて、運動の普及に携わってみませんか。

日時：2/9 (金) 13:30～15:00

場所：健康福祉会館

持ち物：上履き、タオル、筆記用具、飲み物

定員：先着 20人 **参加費**：無料

申込先：健康福祉会館 ☎ 42-6700

健康講座「胃の病気の予防」

胃の病気には胃炎・胃潰瘍・胃がんなどがあります。胃炎・胃潰瘍の人の粘膜には高確率でピロリ菌が検出されます。厚生労働省研究班の調査では、ピロリ菌陽性者は陰性者に比べ胃がんのリスクは5倍高まります。早期発見・治療のため、定期的に検診を受診することが大切です。検診方法は、加西市でも実施しているバリウムによる胃透視検査や胃がんリスク検診（ピロリ菌感染と胃粘膜の萎縮度を調べる血液検査）等があります。この機会に胃の病気や検診方法について詳しく学んでみませんか。

日時：2/8 (木) 13:30～15:00

場所：健康福祉会館 2階研修室 1・2

講師：佐竹信哉医師（佐竹医院）

定員：先着 50人 ※要予約

申込先：健康課 ☎ 42-8723

①第20回加西まち活ゆめ広場

「働くまちでの自律的なまちづくり活動のすすめ」

仕事で関わった「働くまち」でまちづくり活動を行われた篠原さんは、「自律的な活動」「地域固有の資源」「つながる」「楽しむ」などが活動の基本です。私たちが「暮らすまち」での活動とも共通する重要なキーワードについて、考えてみませんか。



篠原さん

ゲスト：篠原祥さん（ARC 地域力研究所代表）

日時：1/26 (金) ゲストトーク 18:30～20:30 交流会 20:30～21:30

場所：ええもん王国（北条町横尾 473-1）

参加費：ゲストトークは無料。交流会は 1,000 円（軽食付）。

②加西ワンダーマッピング ～まちに隠れたおもしろスポットを見つけよう～

面白い場所や地域の魅力をそれぞれの視点で見出し、共有する探検型ワークショップ。加西に隠された場所を発見しよう。



前畑温子さん



前畑洋平さん

講師：前畑温子さん、前畑洋平さん（J-heritage 産業遺産コーディネーター）

日時：2/3 (土) 13:00～17:00 ※小雨決行、荒天中止 **参加費**：無料

集合場所：アステアかさい 3階多目的ホール **定員**：先着 30人

募集期間：1/11 (木)～ **持ち物**：カメラ（スマートフォン可）

申込：件名を「加西ワンダーマッピング」とし、住所・氏名・人数・電話番号を明記してメールで申し込みください。※3日以上たっても「受付完了メール」が届かない場合は、電話でお問い合わせください。

①②**申込先**：観光まちづくり協会 ☎ 42-8715 kyokai@kanko-kasai.com

市民会館からのお知らせ

■和楽総合芸術集団「山田純平×熱響打楽」

日時：3/4 (日) 開演 14:30

賛助出演：宮坂流希星会

協力：播州加西あばれ太鼓

入場料：全席指定前売 3,500 円

（未就学児は入場不可）

■カルチャー講座（後期新規講座）

「アルジュンブタのインドヨガ教室」

日時：第 2・4 金曜日 19:30～20:30

受講料：6,480 円（全 6 回）

持ち物：ヨガマット、動きやすい服装

■がいな製麺所の手打ちうどん修行

日時：1/16 (火) 10:30～13:30

■パティシエが教えるスイーツ講座

日時：1/23 (火) 13:00～15:30

■スワロフスキーのアクセサリ講座

日時：1/28 (日) ① 10:00～11:00

② 11:10～12:10

場所・問合せ先：市民会館 ☎ 43-0160

町かど落語会

日時：2/1 (木) 14:00 開演

場所：大信寺（北条町北条 1256）

※すばく加西駐車場を利用ください。

出演：桂佐ん吉さん、桂米輝さん

ほか ※三味線による伴奏も予定

参加費：500 円

問合せ先：横尾歴史街道つどいの会

（水田） ☎ 42-0057

うれし野学園生涯大学

加西支部「ふれあい作品展」

絵画、書道、写真、陶芸、手芸などを展示します。

日時：1/12 (金) 13:00～17:00

13 (土) 9:00～17:00

14 (日) 9:00～16:00

場所：アステアかさい 3階交流プラザ

問合せ先：同会（井上） ☎ 49-0363