

Pick Up くらしお役立ち情報 Information

講座・イベント

加西市民会館からのお知らせ

●東京大衆歌謡楽団コンサート
(ついに加西に上陸)
古き良き昭和初期の流行歌を懐かしのスタイルでお楽しみいただきます。
編成：唄・アコーディオン・ウツドベース・パンジョー
演奏曲：丘を越えて・青い山脈など(予定)
日時：7月10日(日) 開演 14時30分(予定)
場所：市民会館文化ホール
料金：【全席指定】一般3500円(税込)
発売日：4月23日(土)窓口9時、オンライン10時、電話14時
●4月の1day講座のご案内

(※印は親子参加可)
サボテンテラリウムを作ろう
開催日：4月10日(日)
衣・食・住を賢く無駄なく健康にする講座

開催日：4月12日(火)
開催日：4月16日(土)
1dayフラワーアレンジメント
※

開催日：4月16日(土)
(タイトル) キャンドルポット※
開催日：4月17日(日)
こいのぼりのロールケーキ
開催日：4月18日(月)
歌って健康！楽しい健康コーラス
開催日：4月19日(火)
桜色の香りパン※
開催日：4月24日(日)
問合せ先：市民会館 ☎0160

手打ちそば講座 播磨蕎麦の会

日時：5月・6月・7月 第1・第3金曜日(計6回) 19時～22時
場所：南部公民館
定員：8名
参加費：6000円(材料費)
持ち物：エプロン、タオル、三角巾、そば持ち帰り容器
申込先：南部公民館 ☎4900

41nambu@city.kasai.jp

初心者向け やさしいヨガ教室

日程：前期(5月9日・23日、6月6日・20日、7月4日・11日) 後期(9月12日・26日、10月3日・17日、11月7日・21日)
時間：9時30分～11時
場所：オークタウン加西研修室
講師：松本妙子さん(ヨガ指導員)
定員：先着15名(託児希望の方は事前に要予約)
受講費：初回に集金 前期1800円(全6回分)、後期1800円(全6回分)
受付開始：4月11日(月) 9時
電話：メールにて受付
申込先：オークタウン加西(鴨谷町159-40) ☎2595
oaktown@city.kasai.jp

山野草鉢植え教室

山野草鉢植えの育て方を学んでみませんか。はじめての方にもわかりやすく教えます。
日時：7月2日、9月3日、11月5日、令和5年2月25日(土) 各回9時30分～11時30分(全4回)
場所：オークタウン加西研修室
講師：加西市さつき同好会

イベント・運動教室のお知らせ

健康福祉会館 運動教室・自主トレーニングの開催場所等の変更

健康福祉会館(大ホール)は、引き続き新型コロナウイルス感染症のワクチン接種会場として使用するため、令和4年度の運動教室については、健康福祉会館、各公民館(北部・南部・善防)、オークタウン加西で開催します。ご迷惑をおかけしますがご理解とご協力をお願いします。自主トレーニングについては、健康福祉会館(ホワイエ)をご利用いただけますが、午前中(9時～12時)のみの利用となります。運動教室の詳細についてはお問い合わせください。

Let'sウォーキング

ウォーキングを楽しみながら加西の名所を巡りませんか?
日時：4月6日(水) 10時45分～12時(集合10時40分) ※雨天中止
集合場所：健康福祉会館
定員：先着20名(参加無料)
対象：どなたでも
内容：いこいの村周辺のお花見ウォーキング
持ち物：飲み物、汗ふきタオル
※動きやすい服装でご参加ください

い。

「健幸づくり教室」体験会

健康づくり運動の基礎となる「ストレッチ」、「筋力トレーニング」、「ウォーキング」等を実践する「健幸づくり教室」の体験会を開催します。
日時：4月11日(月) 10時～11時30分、12日(火) 9時30分～11時
場所：(11日)健康福祉会館 おひさまルーム、(12日)北部公民館体育室

「イオンモールウォーキング・健康相談」

血管年齢測定等の健康相談と歩く姿勢を評価する「歩行姿勢測定」を実施します。
日時：4月20日(水) 10時～12時
場所：イオンモール加西北条2階コスモスコート
内容：健康相談(血管年齢測定・血圧測定・保健師による健康相談)と歩行姿勢測定※屋内・屋外ウォーキングはありません。
定員：先着25名※当日枠あり・予

イオンモールウォーキング・健康相談

約者優先
受付枠：10時10分～10時39分(7名) 10時40分～11時9分(7名) 11時10分～11時39分(7名) 11時40分～12時(4名)
申込開始日：4月5日(火)
申込方法：①下記QRコードより②電話・窓口(平日、9時～17時)
●大人のよか余暇くら部
スポーツやレクリエーションを通じて楽しく健康づくりに取り組まいませんか。年間参加者募集中。
日時：4月22日(金) 19時～20時30分
場所：多目的グラウンド
対象：20歳～60歳の方
定員：30名(参加無料)
内容：フットサル
持ち物：運動靴・飲み物
申込先：健康福祉会館 ☎6700

COCCORONIEUS

●マムソリ(韓国料理)
日時：4月11日(月) 11時～13時45分(二部制・要予約)
Instagram (maumsoori0421)で検索
●絆食堂

定員：先着15名
参加費：受講料1200円/年(初回に集金) 材料費各回500円
受付開始：4月11日(月) 9時
電話：メールにて受付

ふるさと再発見ハイキング

●万願寺川沿散策と桃子野の里を訪ねて
日時：4月6日(水) 9時～12時
集合場所：いこいの村入口駐車場
参加費：300円(保険代)
問合せ先：加西市観光案内所 ☎8823

スポーツ大会の結果

●野球(優勝チーム)
西日本2部/ナイスナイス
●ねひめ杯グラウンドゴルフ大会(2月6日、小野堀井城跡ふれあい公園)
優勝 前田 知十司 2位 仲井 満男
●すぱーく加西杯(2月26日、すぱーく加西)
優勝 山本明子 2位 栗山 信男
問合せ先：文化・観光・スポーツ課 ☎8773

日時：4月15日(金) 11時30分～13時
「播州百日鶏チキンかつめし弁当」(テイクアウトのみ)
●coccorone子ども食堂
日時：4月16日(土) 16時～18時
手作り弁当(テイクアウトのみ 配達可)(4日前までに要予約)
予約：☎070-7659-1517
Instagram (coccorone_kodomoshokudo)、公式LINEで検索
※予約は、QRコードから。
問合せ先：ふるさと創造課 ☎8706

世界自閉症啓発デー 発達障害啓発週間

毎年4月2日は、「世界自閉症啓発デー」です。また8日までを「発達障害啓発週間」と位置づけ、いやし・希望・平穏を表す「青」をシンボルカラーにして、自閉症に関する啓発の取り組みが行われ、加西市でもランドマーク展望台を青くライトアップします。
問合せ先：地域福祉課 ☎8725



広告

広告

広告

広告