

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

●加西市制55周年記念
さかなクンのギョギョッとびつくりおさかな教室in加西
*老若男女問わず大人気!ギョ存知!さかなクンがやって来る!
日時:9月11日(日)開演14時~
ところ:市民会館文化ホール
料金:一般2000円(税込)、中学生以下1500円(税込)
※3歳以下のお子さまは膝上鑑賞無料。席が必要な場合は有料。
発売日:6月25日(土)窓口9時~、オンライン10時~、電話14時~
●東京大衆歌謡楽団コンサート(好評発売中)
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:憧れのハワイ航路・青い山脈など(予定)
日時:7月10日(日)開演14時30分
ところ:市民会館文化ホール
料金:【全席指定】一般3500円(税込)
●6月の1day講座のご案内
(※印は親子参加可も)
押し花で作る「押し花絵額」※
開催日:6月12日(日)
(パステル)初夏のラベンダー畑
※
開催日:6月18日(土)
1dayフラワーアレンジメント
開催日:6月19日(日)
ちよっとお洒落なブルーベリーチーズケーキ
開催日:6月20日(月)
衣・食・住を賢く無駄なく健康に

する講座(SDGs)
開催日:6月21日(火)
歌って健康!楽しい健康コーラス
開催日:6月21日(火)
(粘土)可憐なフラワーリース※
開催日:6月25日(土)
よもぎのクルクルうずまきパン※
開催日:6月26日(日)
問合せ:市民会館 ☎0160
●**こども食堂**
元気もりもり食堂
日時:6月25日(土) 11時~17時
場所:北条町横尾1丁目15・1
料金:高校生以上300円、子ども無料
定員:10名※前日までに要予約。
申込先:藤原 ☎8111
COCKARANIUS
ママソシ(韓国料理)
日時:6月6日(月) 11時~13時
45分(二部制・要予約)
Instagram (maumsoi0421)で検索
●**cocoroneこども食堂**
日時:6月18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 (cocorone)

Kodomoshokudo) 公式LINEで検索
※予約は、QRコードから。
問合せ:ふるさと創造課 ☎8706
太鼓作り教室
日時:7月24日(日) 13時30分~16時
場所:善防公民館
講師:十八代目太鼓屋六右衛門さん
対象:市内在住の小学3~6年生
※保護者同伴。
募集人数:30組(応募者多数の場合は抽選)
費用:2000円(材料費、当日集金)
持ち物等:古タオル、作業用手袋、古新聞、作業のできる服装、飲み物、材料費
申込期間:6月1日(水)~24日(金) 17時
申込方法:QRコードより、もしくは申込書(市HPからダウンロード)を持参、郵送または
Fax
問合せ:人権推進課 ☎8727、fax ☎1380

イベント・運動教室のお知らせ

●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:6月15日(水) 10時45分~12時(集合10時40分) ※雨天中止
集合場所:丸山総合公園
定員:先着20名(参加無料)
内容:公園内のウォーキング
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。
●「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:6月13日(月) 13時30分~15時、16日(木) 9時30分~11時
場所:(13日)南部公民館多目的ホール、(16日)善防公民館多目的ホール
対象:健康福祉会館の運動教室を初めて利用する20歳以上の方
定員:各日先着5名(参加無料)
持ち物:上靴、

飲み物、タオル ※運動できる服装と靴でお越しください。
●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:6月20日(月) 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)
申込期間:6月6日(月) から
●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みませんか。年間参加者募集中。
日時:6月24日(金) 19時~20時30分
場所:勤労者体育センター
対象:20歳~60歳の方
定員:30名(参加無料)

内容:卓球
持ち物:運動靴・飲み物
●「運動体験会」
ニユースポーツ「キンボール」を体験しませんか?
日時:7月6日(水) 10時45分~11時45分
場所:オークタウン加西体育室
定員:先着20名(参加無料)
持ち物:上履き、飲み物、汗ふきタオル
申込先:健康福祉会館 ☎6700 (平日の9時~17時)
加西風土記の里ウォーク
低山でありながら展望の良い稜線歩きが楽しめる、まるで日本アルプスの山を歩いているような気分になれる「加西アルプス」善防山に登った後、古法華石仏(国重要文化財)を拝観します。
日時:6月16日(木) 10時30分
播磨下里駅集合 北条鉄道をご利用ください。 ※雨天中止
距離:約7キロ
参加費無料(拝観料200円別途必要)・昼食ご持参ください。
問合せ:加西市観光協会 ☎8200

●あびき湿原観察会
日本最小のハッチョウトンボやトキ草などの希少動植物が見られます。
日時:6月5日(日) 9時15分~14時35分頃 ※雨天中止
集合場所:加西市観光案内所
参加費:300円(保険代) ※別途北条鉄道運賃必要(780円)
●奉天池と飯盛野疏水の探検
加西の魅力発信と先人の知恵と苦勞を学習するため、加古川西部土地改良区と歴史街道ボランティアガイドが協力して飯盛の疎水を巡るハイキングを実施します。
日時:7月10日(日)
※小雨決行・荒天中止
集合場所:
鶴野飛行場
跡平和祈念の碑前 ※Soraかさい北側の駐車場をご利用ください。
参加費:300円(保険代)
申込先:加西市観光案内所 ☎8823

