

食育コラム



阪神・淡路大震災から30年

加西市教育委員会では阪神・淡路大震災から30年の節目を迎える1月17日(金)に小・中・特別支援学校で非常食体験給食を予定しています。

この日は、非常食としてストックしている「ヒートレスシチュー」をはじめ、魚肉ソーセージや果物、野菜飲料など、ストック可能な物が中心の給食を提供します。これまでも、備蓄している食材を定期的に給食に提供しており、今回の給食も、ローリングストックの考えに基づいた献立にしています。

この機会に、ご自宅に備蓄している非常食について家族で話し合われてはいかがでしょうか。

問合せ先 教育総務課 ☎④ 8770 ※写真はイメージです。



加西風土記の里ウォーク

●三重の里と山下城跡散策コース
播磨横田駅を出発し、赤松則祐の家臣であった浦上七郎兵衛行景の居城といわれている山下城跡に向かいます。

日時 1月16日(木) 10時～11時
受付後、順次スタート※雨天中止
集合場所 播磨横田駅
コース 約10km

※昼食・飲物などは各自持参
※運動ポイント対象事業
問合せ先 (一社) 加西市観光協会
☎④ 8200

北条conné 25日

キッチンカーや焼き菓子、雑貨販売や体験など、盛りだくさんの内容です。

1月からコンネガリニューアル!『ちょっといいものに出会えるご褒美時間』をコンセプトに大人の方にも楽しんでいただけます。キッズスペースもあるのでお楽しみに!

日時 1月25日(土) 11時～15時
場所 北条旧市街地
問合せ先 北条コンネ実行委員会(前田)
☎ 080・4012・0240



出店情報

健幸アプリの連携はお済みですか?

健幸アプリのポイント交換(3月中旬予定)には、「マイナカード認証」が必要です。
連携方法がわからない方は、連携サポート窓口をご利用ください。



詳細はこちら

連携サポート窓口

月日	時間
1/ 9 (木) 1/21 (火) 2/ 6 (木) 2/18 (火)	9:00 ~ 17:00
2/26 (水)	13:00 ~ 19:00

場所 市役所1階多目的ホール
持ち物 スマートフォン・マイナンバーカード・署名用電子証明書
暗証番号(6～16桁)
問合せ先 健康課 ☎④ 8723

●「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などを実践する「健幸づくり教室」の体験会を開催。

日時 2月3日(月)、7日(金)
10時～11時30分

場所 健康福祉会館大ホール

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
持ち物 飲み物、タオル、上履き

申込先 各QRコードまたは健康福祉会館 ☎④ 6700(平日9時～17時)



就職支援セミナー

「面接を受けてもうまいかな」という方必見。採用担当者の本音と真実をお伝えします。

日時 1月14日(火) 10時～12時

場所 アステアかさい3階

内容 不合格者の9割がやっている残念な面接
講師 桜井透さん(人事の雇代表取締役)

定員 先着20名

※ハローワークに登録していない・在職中・学生の方も受講可。
※雇用保険受給中の方は、活動実績として申告できます。雇用保険

プロから学ぶ!おとなの木工教室

日時 1月18日(土)、19日(日)
9時～12時(全2回)

場所 オークタウン加西研修室

内容 ちょっととした踏み台に便利!「ステップ台」の製作



完成イメージ

対象 高校生以上の10名(先着順)
講師 小田真之さん、中後幸一さん(小田製材所)

料金 ひとり2千円(材料費)
※1月12日以降のキャンセルは材料費徴収

申込開始 1月5日(日)9時～



申込はこちら

問合せ先 オークタウン加西
☎④ 2595

世界のどばろ中国・ハルビンのお話

中国・ハルビン出身のゲストに、現地文化のお話を聞きます。

日時 1月25日(土) 10時～11時30分

場所 アステアかさい3階
料金 300円(ドリンク付)

申込先 QRコードまたはNPO法人加西市国



受給資格者証をご持参ください。

申込先 QRコードまたは加西市ふるさとハローワーク
☎④ 7600



COCOKARANEWS

●cocroneこども食堂

日時 1月25日(土) 16時～18時
手作り弁当の販売(希望者は配達可)。※4日前までに要予約

予約 ☎070・765

9・15・17

●コッペと愉快的仲間たち

日時 1月17日(金)、18日(土)
11時～16時



特製コッペサンドの販売と美味しいハンドドリップコーヒーの淹れ方講座

【講座内容】

時間 午前の部11時～、午後の部13時～(各60分)

講師 鴨谷真さん(熊蜂珈琲焙煎研究所所長 焙煎士・抽出士)

参加費 1人千円

定員 各6名

申込先 熊蜂珈琲

焙煎研究所のInstagram

問合せ先 まちづくり課 ☎④ 8706

熊蜂珈琲焙煎研究所

パン食堂こっぺ

際交流協会 ☎③ 9455(9時～17時45分、定休日:月・金・祝)
nehime@kasai-kokusai.info

お昼のミニコンサート

北播磨を拠点とする音楽家支援団体の若手音楽家による約40分間の生演奏をお楽しみください。

日時 1月31日(金) 12時10分～
場所 アステアかさい3階

問合せ先 ムーシケー(加門)
☎090・9611・6184

第34回加西市グラウンド・ゴルフ協会長杯

日時 2月23日(日・祝) 8時30分受付開始※雨天中止時、2月24日(月・振休)に延期

場所 ぜんばうグリーンパーク(善防中西側)

参加費 500円(当日徴収)
募集期間 1月1日～31日(定員300名になり次第締切)

備考 申込用紙は、市内各公民館・勤労者体育センター・すぱーく加西に設置。マーカーは各自持参。

申込先 加西市グラウンド・ゴルフ協会 ☎④ 0313(問合:20時以降)、fax ② 7197(大西)

☎ ④ 3514(前田)

広告

広告

広告

広告

19 | 広報 kasai 2025.1 月

2025.1 月 広報 kasai

18