

運動教室・イベント情報

●イオンモールウォーキング・健康相談

奇数月に実施する「屋内・屋外ウォーキング」では、半期ごとの参加状況に応じて記念品をプレゼント。

日時 7月16日(木) 10時～12時
場所 イオンモール加西北条1階 檜の木コート

内容 ①健康相談(体組成測定・血管年齢測定・血圧測定など)

②屋内・屋外ウォーキング

定員 ①先着25名※予約優先

②定員なし・予約不要

申込開始 7月6日

(月)～

●大人のよか余暇くらぶ

日時 7月24日(金) 19時～20時30分

場所 勤労者体育センター

内容 バドミントン

持ち物 上靴、飲み物、タオル

対象 20歳～59歳の方

定員 30名

※年間参加者を募集中

●「健幸づくり教室」体験会

ストレッチなどの体験会を開催。

日時 7月13日(月)、14日(火) 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 上靴、飲み物、タオル

●運動体験会

「じゃんけんペタン」

日時 7月29日(水) 10時45分～11時45分(集合10時40分)

場所 健康福祉会館おひさまルーム

定員 先着10名

持ち物 飲み物、タオル

申込先 各QRコードまたは健康福祉会館 ☎ 6700 (平日 8時30分～17時15分)

●こころの健康づくり講座

ゲートキーパー研修

悩んでいる人に気付き、声をかけ、話を聞いて支援につなげる「ゲートキーパー」について学びます。

日時 7月28日(火) 13時30分～15時

場所 健康福祉会館2階研修室

対象・定員 市民80名(先着順)

申込開始日 7月6日(月)

申込先 QRコードまたは健康課 ☎ 8723

親子で一汁一菜ランチ料理教室

女性農家と一緒に、加西市産の野菜を使用した親子で楽しめる料理教室を開催します。

日時 7月28日(火) 9時30分～13時

場所 市民会館2階料理教室

対象 小学生と保護者

定員 親子10組※申込者多数の場合は抽選

参加費 1人500円(試食される方)

募集期間 7月1日

日時 水～12日(日)

申込先 農政課 ☎ 8741

●産業・観光ツアーinかさ

日時 ①7月30日(木) ②8月6日(木) 9時30分～15時30分

行程 ①(榎橋本チエイン/榎橋本バルクシステム・榎コタニ)②伊東電機(株)・アイカハリマ工業(株)

対象 小学3年～6年生と保護者

定員 各40名(多数の場合は抽選)

参加費 1人千円(昼食代など)

申込期間 7月10日(金) まで

申込先 加西商工会議所 ☎ 0416

女性のための働き方セミナー「起業入門セミナー」

日時 7月14日(火) 14時～16時

場所 アステリアかささい3階

講師 内橋麻衣子さん

定員 10名(要予約)

申込期間 7月10日(金) まで

その他 一時保育あり

申込先 QRコードまたはまちづくり課 ☎ 8706

●北条conné 25日

キッチンカーや雑貨販売あり。

日時 7月25日(土) 16時～20時

場所 北条旧市街地

問合せ 北条コンネ実行委員会(前田) ☎ 080・4012・0240

●ひょうご科学塾in加西

日時 7月4日(土) 12時30分～16時25分

場所 健康福祉会館

内容 科学の体験・展示ブース、大学・高専講義 for ジュニア

対象 主に小中学生とその保護者

申込期間 7月2日

日時 水～17時

申込先 みなと銀行地域戦略部 ☎ 078・3333・3235

男女共同参画事業

●パパと子の料理教室

日時 7月25日(土) 10時～13時(受付9時50分まで)

場所 市民会館2階料理教室

対象 パパと5歳以上のお子さま

※ママとの参加も可能ですがパパとの参加を優先

講師 加西市いずみ会

定員 10組(25名程度)

参加費 1人300円

メニュー 夏野菜のガパオライス、しゃかしゃかサラダ、デザート

持ち物 水筒、エプロン、三角巾(帽子)、マスク、タオル

申込期限 7月17日

(金)まで

●心が軽くなるコミュニケーション講座

「うまくいく関係へ」

個人の参加はもちろん、ご夫婦やパートナーと一緒に参加も大歓迎です。

日時 8月9日(日) 10時～12時

場所 アステリアかささい3階

講師 井尻久美子さん

定員 先着30名

託児 6カ月～小学3年生

申込先 各QRコードまたはまちづくり課 ☎ 8706

環境学習バスツアー

ひょうご環境体験館で草木から色を抽出して、エコバッグを染める体験学習と揖保乃糸資料館「つめんの里」を見学します。

日時 8月6日(木) 8時45分集合(市役所正面玄関)～16時30分解散

対象 小学4～6年生と保護者

(市内在住・通勤者)

定員 40名※多数の場合は抽選

受講料 1人400円※別途、入館料が必要・昼食は各自

申込期間 7月1日

日(水)～13日(月)

問合せ 環境課 ☎ 8719

●こどもかがく実験教室

「見えない空気をとばせ!」

びつくり!!空気砲」をテーマに、楽しく学べる実験教室を開催。

日時 8月9日(日) 9時30分～12時

場所 オークタウン加西研修室

対象 市内小学生

講師 市内中学校理科教師

定員 10名(先着順)

参加費 300円(材料費)

申込開始 7月18日(土) 9時～

広告

広告

広告

広告

広告