

講座・イベント

聴覚障がい者と共に学ぶ楽しい栄養講座

食生活の栄養バランスは大丈夫ですか。栄養のある食材や料理について学びます。

日時：2/22（日）10:00～12:00

場所：市民会館コミュニティーセンター3階談話室

講師：食育グループ「そら豆くん」（西脇多可地区栄養士会）

参加費：無料

募集期間：2/14（土）まで

申込先：加西聴覚障害者協会（常峰）

FAx④ 3337

みんなでつなぐ加西のきずな 第16回ボランティアのつどい

日時：1/24（土）9:30～14:00

場所：健康福祉会館

内容：市内の小中高生やボランティア活動者による体験発表、講演「蓬莱大介と学ぶ 気象災害から身を守る」（講師／蓬莱大介気象予報士）、朗読・点字・手話などの体験スタンプラリー

※カレー、焼きそばなどの炊き出し（有料）もあります。

問合先：社会福祉協議会地域福祉課 ☎④ 8133

健康づくりウォーキング教室

ウォーキングは、生活習慣病の予防に手軽に取り組める運動です。安全で効果的なフォームや基礎知識を身につけましょう。

日時：2/4～3/18の間の毎週水曜日 10:00～11:30（2/11は除く）。全6回。

場所：健康福祉会館

対象：70歳以下の方※同館のトレーニング利用証が必要です。

定員：20人

参加費：1回150円

募集期間：1/5（月）～30（金）

申込先：健康課 ☎④ 6700

こころとカラダの元気教室

日時・内容

1/21（水）10:00～12:00

・加齢に伴う身体の変化
・高齢者に多い身体のトラブル

1/28（水）13:00～15:00

・バランス力、筋力アップ運動
・身近にできるケア方法

2/4（水）10:00～12:00

・バランス食について
・低栄養を防ごう

2/18（水）10:00～12:00

・口腔機能向上教室
・お口の健康

2/25（水）10:00～12:00

・こころの健康づくり
・認知症やうつを防ごう

場所：健康福祉会館

対象：①～③の全てを満たす方

①65歳以上85歳未満の方

②脳血管疾患・心疾患で治療を受けたことがない方

③介護認定を受けていない方

定員：10人

参加費：無料

持ち物：飲み物、運動のできる服装・靴

募集期間：1/5（月）～15（木）

申込先：長寿介護課 ☎④ 8728

スポーツクラブ21・富合バドミントンクラブ参加者募集

バドミントンは、老若男女を問わずみんなで楽しめる生涯スポーツです。現在の会員は、幼児から60歳代まで、初心者から中級者までが集うクラブです。お気軽に見学にお越しください。



日時：毎週日曜日

小学生以下／14:00～16:00

中学生以上／16:00～22:00

場所：富合小学校 体育館

参加費：1回300円

※見学は自由にできます。

持ち物：上履き、ラケット、飲み物

問合先：同クラブ（藤原）

☎ 080-1468-0777

消費生活イベント

■加西市くらしと生活を守る会「かさい消費者フェア」

普段の消費生活の中で起こりうる消費者トラブルについて、皆さんと一緒に考え学びましょう。

日時：1/25（日）13:30～15:10

場所：アステシアかさい3階多目的ホール

内容：同会の会員による寸劇、「消費者トラブル防止」に関する講話

定員：100人（申込不要）

参加費：無料

■消費者問題（悪質商法や環境問題等）や加西市くらしと生活を守る会の活動内容を展示

期間：1月26日（月）～2月9日（月）

場所：アステシアかさい3階ウォールギャラリー

■東播磨消費者団体協議会「ひろば展」の参加者募集

地域における消費者活動の担い手を育成するための「ひろば展」に、参加していただける方を募集します。

日時：2/19（木）9:00～14:30

※大型バスで送迎します（加西市役所正面玄関に8時集合・出発）

場所：高砂市文化会館じょうとんばホール（高砂市高砂町朝日町1-2-1）

内容：各消費者団体の実践活動発表、「日本食の推進」に基づいた講話

※地域の特産品展示販売もあります。

定員：20人（要事前申込）

参加費：無料

募集期間：2/12（木）まで

※昼食は準備します。

申込先：ふるさと創造課 ☎④ 8706

うれしの学園生涯大学学友会 加西支部「ふれあい作品展」

絵画、書道、写真、陶芸、手芸など約150点を展示。会員90人の日頃の学習成果を発表します。

日時：1/23（金）13:00～17:00、24（土）

9:00～17:00、25（日）9:00～16:00

場所：アステシアかさい3階交流プラザ

問合先：同会（柳生） ☎④ 0439

善防公民館からのお知らせ

■なつかしの正月遊び

遊びの名人と一緒にスタンプラリーで遊びましょう。賞品もあります。

日時：1/25（日）9:30～11:30

場所：善防公民館

内容：竹馬、駒まわし、羽根つき、凧あげ、百人一首、射的、けん玉、お手玉、ボン菓子、わた菓子

■空調入替工事のため休館

空調入替工事のため、停電を予定し休館します。電話・FAXなども不通となります。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。

休館日：2/8（日）、9（月）

※工事予備日 2/15（日）、16（月）

問合せ先：善防公民館 ☎④ 2643

里山保全とあびき湿原保全の勉強会

里山保全の方法や考え方、県最大級の面積と希少種の生息数を誇る野生生物保護地区「あびき湿原」の楽しみ方・守り方を学びます。

日時：1/31（土）10:00～

場所：南綱引町公会堂

定員：先着 80 人 ※参加費無料

主催：綱引湿原保存会

申込先：南部公民館 ☎④ 0041

加西市史を読む会

■近代「地方自治の完成と第一回衆議院議員総選挙」

明治 20 年代となり、明治維新から紆余曲折していた地方自治の制度はようやく完成に至りました。帝国議会が開設されて、第一回衆議院議員総選挙も行われました。この時期の地方自治の流れと加西への影響について解説します。

日時：1/17（土）10:30～12:00

場所：アステシアかさい 3 階集会室

講師：図書館郷土資料係職員

定員：先着 60 人

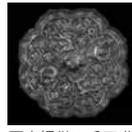
参加費：200 円

※加西市史購入者無料

問合せ先：図書館郷土資料係 ☎③ 0106

特別公開千石コレクション「古代中国鏡の至宝」

加西市の千石唯司さんが寄贈・寄託された、古代中国鏡コレクションの一部（13 面）を特別に公開します。平成 28 年度からは、県立フラワーセンターで展示予定です。



写真提供：千石唯司さん

期間：1/17（土）～2/8（日）9:30～17:00 ※入場は 16:30 まで

場所：県立考古博物館（播磨町大中 1-1-1）

観覧料：大人 210 円、大学生 150 円、高校生 100 円、中学生以下無料

■座談会「古代中国鏡の魅力を語る」

日時：1/25（日）13:30～15:00

場所：県立考古博物館講堂

出席者：千石唯司さん ほか

定員：120 人（当日先着受付）

参加費：無料（要観覧券）

問合せ先：県立考古博物館

☎ 079-437-5589

市民会館からのお知らせ

■世界の家庭料理「ネパール」

ほうれん草とチキンの本格カレーと簡単チャイ、移動かまどで焼き上げる手作りナンを作ります。



日時：2/8（日）10:00～13:00

講師：アチャリヤ ビカシュさん（インド・ネパールダイニングカフェ ムナール）

受講料：1,580 円（材料費込・税込）

持ち物：エプロン、三角巾、飲み物

■がいな製麺所のうどん修行体験（手打ちうどん教室）

日時：3/4（水）10:30～13:30

講師：水谷克也さん（がいな製麺所）

受講料：2,100 円（材料費込・税込）

持ち物：エプロン、三角巾、飲み物、麺の持ち帰り容器（タッパーなど）

場所・問合せ先：市民会館 ☎④ 0160



ロング☆恵方巻き挑戦者募集

日時：2/1（日）10:00～14:30

場所：健康福祉会館

対象：保育園年長～小学 6 年生

※保育園年長は保護者同伴

定員：先着 85 人

参加費：600 円

持ち物：巻き寿司に入れる具 1 品、エプロン、マスク、三角巾、容器（持ち帰り用）

申込先：文化スポーツ課 ☎④ 8773

くらし

加西市の資源を生かしたもののづくりや事業を助成

芸術家や作家などのクリエイターが、加西市の資源を生かしたもののづくりや事業にかかる費用を助成します。

対象：①概ね 20 歳から 39 歳までのクリエイターまたはそれに類する活動を行う方 ②クリエイターで構成される 5 人以上のグループ（代表者は成年に限る）

対象事業

ものづくり事業／加西市の資源を生かしたもののづくりやアート制作
資源利活用事業／加西市の資源を生かした事業のうち話題性・独自性があり継続性が見込まれるイベントやコンテスト

助成額

ものづくり事業／年上限 10 万円

資源利活用事業／年上限 15 万円

募集期間：1/30（金）まで

問合せ先：ふるさと創造課 ☎④ 8706

第 1 回加西市定例教育委員会

どなたでも傍聴できます。

日時：1/29（木）13:30～

場所：市役所 5 階大会議室

問合せ先：教育総務課 ☎④ 8770