まちナビAKASHI セレクトペーパー

vol.19
10
2023

Ru,Ru,Ru

ひとと情報と“つながる、みつかる、うまれる”

Topic「多世代で楽しむ」

今月号の中におばけが何匹いるか数えてみてね…！（こたえは裏面）

10月31日はハロウィン！今年もRu,Ru,Ruにおばけが迷い込んだようです…。

3世代で楽しめるイベント

4(水) 10:00~12:00

◆子供制作　◆耳つぼ　◆アロマハンドケア
◆リボンワークショップ　◆血圧測定（無料）
材料費３００円以内で楽しめます。どなたでもご参加可能。
日頃のお疲れ癒しませんか？
保健師に健康相談無料です。

会　場：ウィズあかし 8F　フリースペース
参加費：300円（血圧測定以外１体験につき）
対　象：どなたでも
申　込：インスタグラムの DM にて

主　催：エニシング幸（さち）
申込・問合せ先
エニシング幸（さち）
Instagram
enything.sati2023

▲Instagram

己書講座

12(木)13:00~14:30

字の苦手な人も、絵が下手な人も、
自由に自分の字を描いてみませんか？
アッという間の９０分で、今までと違った自分に出会えます♪
「絵」のような文字、「字」のような絵を描く事を新しい仲間と一緒に楽しみましょう！
皆さんのご参加を楽しみにお待ちしています♪
【持ち物】
筆ペン（初回の方はお貸ししますので、何も持たずにご参加ください。）

会　場：ウィズあかし 8F　学習室 805
参加費：初回 1100 円 /2 回目以降 2200 円
対　象：どなたでも
申　込：TEL またはメールにて

主　催：己書びゃっこ道場
申込・問合せ先
己書びゃっこ道場
ＴＥＬ：09020609670（井上）
MAIL :mar0221nazu@gmail.com

掲載イベントの詳細や他のイベント情報、明石で活動している団体の情報などを
知りたい方は明石のイベント・地域情報サイト「まちナビ AKASHI」をチェック！
また、「Ru,Ru,Ru」に掲載希望の方は、「まちナビ AKASHI」にイベント情報を申請してください。

10 月のイベント

つながりサロン

【ヒルつな】 5(木)10:30~12:00
【ヨルつな】 11(水)19:00~20:30
【サタつな】 21(土)10:30~12:00

あなたのちょっとした自由時間を活用しませんか。
ウィズあかし主催の毎月定期開催のサロンです。参加費無料、申込不要でどなたでも参加いただけます。

会　場：ウィズあかし 8F フリースペース
　　　　7F 図書ラウンジ（ヒルつな）
申　込：不要
参加費：無料
対　象：どなたでも
主　催：複合型交流拠点ウィズあかし

申込・問合せ先
複合型交流拠点ウィズあかし
ＴＥＬ：078-918-5603
ＦＡＸ：078-918-5618
MAIL :oubo@withakashi.jp

アコーディオンとおもちゃ楽器のコンサート

1(日) ❶11:00~ ❷14:00~

アコーデイオンとおもちゃ楽器が奏でるいろとりどりの音の森のようなコンサート
【出演】イマイアキ
アコーディオンにトイピアノ・鍵盤リコーダー・鉄琴・タンバリンにカスタネット。両手両足を使ってひとりで 20 種類もの楽器を演奏するワンマンバンドスタイル！
各回定員 50 人の、少人数ならではの楽しい音を感じるコンサートです。

会　場：ウィズあかし 8F 学習室 801
申　込：TEL または QR コードにて
参加費：1000 円（3 歳以上）
定　員：各回 50 名
対　象：①幼児～小学低学年
　　　　②小学生～大人
主　催：明石おやこ劇場

申込・問合せ先
明石おやこ劇場
ＴＥＬ：070-5045-8759
◀申込フォーム

働きたいママの再就職準備セミナー

11(水)10:00~12:00

1．明石市の保育制度など
＊保育施設への手続きについて
＊入所選考について
【担当】明石市こども局こども育成室
2．働き方とお金（税金・社会保険など）の話
＊将来設計を考える　＊扶養内と扶養外でどう違うのか
＊子どもの成長と必要な教育費
【講師】髙見香織先生（社会保険労務士・キャリアコンサルタント・ファイナンシャルプランナー）

会　場：ウィズあかし 7F 学習室 704
申　込：TEL、MAIL、FAX、窓口にて
一時保育：一歳半～就学前のお子さま
　　　　保険料 100 円 /1 人
　　　　（要申込・定員 10 名）
参加費：無料
定　員：抽選 40 名（10/3 までに結果通知）
主　催：複合型交流拠点ウィズあかし

問合せ先
複合型交流拠点ウィズあかし
ＴＥＬ：078-918-5603
ＦＡＸ：078-918-5618
MAIL :oubo@withakashi.jp

職場で役立つコミュニケーション

14(土)10:00~12:00

「相手に言いたいことがいえない」「自分に自信がない」「つい攻撃的な言い方をしてしまう」など、感じたことはありませんか？
この講座では、自分の気持ちを大切にしながら、相手の立場も同様に尊重するコミュニケーション法について、ロープレも体験しながら学びます。自分の気持ちを素直に表現して、職場でさわやかに過ごしたいあなたにおすすめです。
【講師】安納吉野さん（女性問題カウンセラー・産業カウンセラー）

会　場：ウィズあかし 7F 学習室 704
申　込：TEL、MAIL、FAX、窓口にて
一時保育：一歳半～就学前のお子さま
　　　　保険料 100 円 /1 人
　　　　（要申込・定員 5 名）
参加費：無料
定　員：先着 30 名
主　催：複合型交流拠点ウィズあかし

申込・問合せ先
複合型交流拠点ウィズあかし
ＴＥＬ：078-918-5603
ＦＡＸ：078-918-5618
MAIL :oubo@withakashi.jp

市民講座
「秋の草花を楽しむ in 明石公園」

14(土)10:00~11:30

【講師】髙野　哲司さん（NACS-J　自然観察指導員）
【内容】明石公園をゆっくりと散策しながら、身近な秋の草花を楽しみましょう。

【持ち物】筆記用具、ルーペ（虫めがね）、クリップボード、飲み物、帽子、雨具等。
◆動きやすい服装でご参加ください。

魚住東コミセン 市民講座

会　場：明石公園
集合場所：明石公園正面入り口<中部幾次郎氏銅像前>（現地集合・解散）
申　込：TEL または来館にて
　　　　（9/16 9:00～受付開始）
参加費：無料
定　員：先着 15 名
主　催：魚住東コミュニティ・センター

申込・問合せ先
魚住東コミュニティ・センター
ＴＥＬ：078-947-0199
　　　　（月曜日・祝日は休館。）

ねぇ、明石でなにしよう

あかしのイベント・活動団体の情報を 発信 検索 するなら
まちナビAKASHI
https://a-machi.jp/
情報紙 Ru,Ru,Ru はまちナビ AKASHI に掲載されている情報の一部をピックアップして掲載しています。

今月の RU,RU,RU レポート 【「ＨＳＰ 良さを活かす考え方とコミュニケーション」講座】

５人に１人いるというＨＳＰさんは、とても敏感で繊細な人です。ＨＳＰの特徴的な「考え方」や「対処法」を学ぶことで、繊細さんの悩みが軽くなり日常生活を楽に送ることができるよう「ＨＳＰ 良さを活かす考え方とコミュニケーション」講座を開催しました。
　繊細さんならでは悩みへの対処法、コミュニケーションの取り方などを、時折、軽いワークも加えながら学んでいただきました。日常生活で役立つスキルが含まれた実践的な内容で、毎日が楽になるヒントが数多くあったように思います。ご参加ありがとうございました。（落合）

「#ウィズあかし」で検索

相談に関する情報はこちら

おばけ探しの答え：全部で9匹

つながる、みつかる、うまれる
ウィズあかし