



石ヶ谷公園だより



行事予定

11月スポーツ開放予定

- 1日(土) 1月分抽選会
第55回明石市民柔道大会
- 2日(日) "
- 8日(土) 部活動移行モデル事業
兵庫県ママさんバレーボール東播地区審判講習会
- 9日(日) 「ひょうご教育の日」地域教育イベント
明石市空手道連盟審査会 明石市空手道連盟強化練習会
- 14日(金) 明石レディース卓球大会(秋の団体戦)
- 15日(土) 明石市内7高校親睦ママさんバレーボール大会
- 16日(日) 明石市スポーツクラフツ交流バドミントン大会
- 21日(金) 東播家庭婦人バレーボール選手権大会
- 22日(土) 第105回秋季大会(バドミントン)
- 23日(日) 第6回明石市家庭バレーボール7ブロック大会
- 24日(月) 部活動地域移行モデル事業
- 29日(土) 小学生ニュースポーツ大会
どんぐりくらぶ「松ぼっくりでミニリースを作ろう!」
とことこあつマルシェ in 明石・石ヶ谷公園
- 30日(日) 明石市総合体育大会明石市市民剣道大会



【水曜日】 	バレーボール 9:30~11:30 18:30~20:30	5・12・19・26
【木曜日】 	バドミントン 9:30~11:30 18:30~20:30	6・13・20・27
【金曜日】 	卓球 9:30~11:30	7・28
【金曜日】 	コアトレ 10:00~11:00	7・14・21・28
【金曜日】 	バスケットボール 19:00~20:30	7・14・21・28

卓球コーナー 中止日



3日(月)・8日(土)・9日(日)・16日(日)
22日(土)・23日(日)・29日(土)
休館日は除く

※火・水・木曜日は会議室前の7・8番台が使用できない場合があります。
※7日(金)13:30より1時間程度、消防訓練を行います。ご協力よろしくお願い致します。

～どんぐりくらぶ～ 松ぼっくりでミニリースを作ろう!

クリスマスに向けて、
可愛いミニリースを親子で楽しく作りましょう♪



お知らせ

- 【日 時】令和7年11月29日(土) 10:00~11:00
- 【場 所】明石中央体育会館 会議室1・2
- 【対 象】7歳くらいまでのお子様とその保護者
- 【定 員】先着15組
- 【参加費】1人300円
- 【持ち物】飾り付けしたい物
- 【申込期間】11月1日(土)~11月15日(土)まで
- 【申込方法】電話(078-936-6621)、または明石中央体育会館事務所窓口にて受付



スポーツ恋活イベント

スポーツ(ソフトバレーやバドミントン、卓球、ドッチビー等)、
その他レクリエーションを行います。

みなさまの真剣な出逢いを全力で応援します♪お友達同士の参加も大歓迎です!!

- 【日 時】令和7年12月21日(日) 13:30~16:00(受付開始13:15~)
- 【場 所】明石中央体育会館 第2競技場・会議室1・2
- ※受付は第2競技場入口前
- 【対 象】25歳~概ね40歳の独身男女
- 【定 員】男性12名・女性12名(先着順)
- 【参加費】1人1,000円

- ※開催当日は怪我またはその他の事故については主催者は一切の責任を負いかねますのでご了承ください。
- 【持ち物】運動できる服装、室内用シューズ
- 【申込期間】11月15日(土)~定員になり次第、受付終了
- 【申込方法】電話(078-936-6621)、
メール(ishigatani@ec1.technowave.ne.jp)、
または明石中央体育会館事務所窓口にて受付
メールでの申込の場合は、本文に【イベント名】【参加者氏名・ふりがな】
【年齢】【性別】【電話番号】を記入し上記アドレスに送ってください。
- 【主 催】しんきパーク&スポーツマネジメント共同事業体
代表団体 神姫トラストホープ株式会社



～冬休み親子工作塾～ ダンボールでクレーンゲームを作ろう!

親子で協力して、ダンボールを使った
クレーンゲーム作りに挑戦します♪

- 【日 時】令和7年12月13日(土) 13:30~15:00
※11:30時点で明石市に警報発令時は中止。
HP、電話にてご確認ください。
- 【場 所】明石中央体育会館 会議室1・2
- 【対 象】4歳児~小学校低学年(1~3年生)の児童とその保護者
- 【定 員】先着15組
- 【参加費】1組500円(保険料込)
- 【持ち物】ダンボール(飲料ケースほどの大きさ)、はさみ、カッター、定規、
飾り付けにしたいもの(色画用紙、色ペン、シールなど)
- 【申込期間】11月15日(土)~11月30日(日)まで
- ※定員になり次第、受付終了
- 【申込方法】電話(078-936-6621)、または明石中央体育会館事務所窓口にて受付



～石ヶ谷ハーブイベント～ ハーブのリース作り

石ヶ谷ハーブガーデンズ内で収穫したハーブとつる、木の実を使って
「香りのするリース」を作ります。ハーブティーの試飲付きです♪

- 【日 時】令和7年12月14日(日) 10:00~12:00
※8時半時点で明石市に警報が発令された場合は中止。
HP、電話にてご確認ください。
- 【場 所】明石中央体育会館 会議室1・2
- 【定 員】先着20名
- 【参加費】1人1,000円(保険料込)
- 【持ち物】はさみ、ボンド、飾り付けしたい物(リボン等)、持ち帰り用袋
- 【申込期間】11月15日(土)~11月30日(日)まで
- 【申込方法】電話(078-936-6621)、または明石中央体育会館事務所窓口にて受付



★冬期教室のご案内★

- 申込期間:11月1日(土)~11月15日(土)必着 ※申込多数の場合は抽選
- 申込方法:往復ハガキに【教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・連絡先】を記入
※子どもの教室は【生年月日・保護者名・フットサル教室は部名】を記入
または、体育会館事務所窓口(返信用ハガキ持参)にて受付
- 申 込 先:明石中央体育会館
〒674-0053 明石市大久保町松陰1126-47
TEL 078-936-6621 FAX 078-936-6624

- 【火曜日】卓球(火)教室、フットサル教室
- 【水曜日】卓球(水)教室、コーディネーショントレーニング教室
- 【木曜日】姿勢改善教室、ヨガ教室、キッズダンス教室

BASKETBALL SKILL UP CLINIC

- 【日 時】令和7年12月13・20・27日、1月10日 土曜日 9:30~10:30
- 【場 所】明石中央体育会館 第1競技場(12/20・1/10)、第2競技場(12/13・27)
- 【定 員】先着20名
- 【受講料】2,000円(全4回)
- 【対象年齢】小学4年生~小学6年生(ミニバス経験者向け)
- 【受講内容】・基本的な身体作りのトレーニング(コアトレ、筋トレ)
・個人のスキルアップメニューを中心にドリブル、シュート、1on1練習
・ゲーム形式の練習は行いません
- 【講 師】当会館スタッフ(平田:明石、加古川社会人クラブチーム所属)
- 【持ち物】バスケットボールをお持ちの方は持って来て下さい。
※こちらでもいくつかは用意します
- 【申込期間】11月1日(土)~11月15日(土)まで
- 【申込方法】電話(078-936-6621)、また明石中央体育会館事務所窓口にて受付



石ヶ谷公園・明石中央体育会館

〒674-0053 明石市大久保町松陰1126-47

指定管理者 しんきパーク&スポーツマネジメント共同事業体

TEL : 078-936-6621 FAX : 078-936-6624

【メール】ishigatani@ec1.technowave.ne.jp
【HP】http://www.e-akashi.jp

【Instagram】



【HP】



【LINE@】



皆様のご来園を
お待ちしております♪