



日付	時間	イベント	内容	参加費	主催者/連絡先
3(火)	10:00~11:30	NEW 足がたパステルアート&性のミニ講座	お子さまの足がたを、可愛いクリスマスアートにしよう♪	1,500円	merci mam &絵本アンバサダーもえ 39pastel@gmail.com(小島 さとみ)
	14:30~17:00	あすパークこどもリビング	自ら考える子を育むこどもの居場所【神戸市補助事業】	満席	あすパークこどもリビング kodomo.living.asupark@gmail.com
4(水)	10:00~12:00	公園de園芸療法	フラワーアレンジメントを楽しもう！クリスマスをお花で彩りましょう。	2,000円/回	一般社団法人 みどり・人・まち研究所 FAX:078-841-6048 mail:engeitherapy@gmail.com
7(土)	11:30~12:30	つなぐおにぎり食堂	「おにぎりチケット」で、大人から子ども達へつなぐ食堂です。	子ども無料 高校生以上300円	食ワーカーズ 050-5861-7815 upcycle.asupark@gmail.com
	14:00~16:00	あすパークライブラリー企画	クリスマスの本 紹介サロン	500円(飲み物付き)	CS神戸 申し込み不要
10(火)	10:30~12:30	みんなのひろばリーチ	花育“生花でクリスマスワッグ作り”作品を持ち帰るための袋・花器(牛乳パック程度のサイズ)をご用意ください。	1家族200円 (お1人参加100円) 材料費:1,200円	生活クラブ生活協同組合都市生活 078-904-3260(小松)
	14:30~17:00	あすパークこどもリビング	自ら考える子を育むこどもの居場所【神戸市補助事業】	満席	あすパークこどもリビング kodomo.living.asupark@gmail.com
11(水)	10:00~12:00	いっしょに作ろうわいわい食堂	余剰食材を使い、その場で献立を考えてお料理を作る食堂です。	600円	わいわい食堂 050-5861-7815 upcycle.asupark@gmail.com
12(木)	11:00~12:00	NEW 自主映画上映会	あすパークで撮影した映画の上映会を行います。	無料	マヤフィルム 080-2288-1396(濱嶋)
	13:20~13:50	発声練習(初心者向け)	お腹の底から声を出すトレーニングしませんか？	300円	自由演劇倶楽部 えん 090-9056-7164(朝倉)
	14:00~15:30	演劇のレッスン①	違う自分を見つけてみませんか！	3,000円 (月会費制)	自由演劇倶楽部 えん 090-9056-7164(朝倉)
13(金)	10:00~11:00	健康を保つハンドセラピー	簡単なマッサージで血流とリンパの流れを良くし免疫力をアップ	500円	楽しく健康体操 090-6559-9192
14(土)	10:30~12:00	あすパーク公園サロン	音楽のひと時♪Xmasプレゼントになる手作り品もあります。	あすパークにお問合せください	CS神戸 申込不要
	14:00~15:00	自主映画上映会	あすパークで撮影した映画の上映会を行います。	無料	マヤフィルム 080-2288-1396(濱嶋)
17(火)	12:00~13:00	アップサイクルくるくる食堂	余剰食材を活用した健康料理をいただく会。養生食ミニ講座も。	600円	アップサイクル神戸 050-5861-7815 upcycle.asupark@gmail.com
	14:30~17:00	あすパークこどもリビング	自ら考える子を育むこどもの居場所【神戸市補助事業】	満席	あすパークこどもリビング kodomo.living.asupark@gmail.com
18(水)	10:00~11:30	寄り処 やまとの森「縫わない簡単バッグ」	Tシャツリメイク(バッグ、ヘアバンド、お掃除棒など)	300円	寄り処 やまとの森 090-1717-2809(末岡)
19(木)	10:00~12:00	子育てひろばきらきら	クリスマスハート(デンマークの伝統的なクリスマスオーナメント)を作ろう！	親子1組:100円	生活クラブ生活協同組合都市生活 078-904-3260(小松)
	13:30~15:00	でゅあるコーラス	KAZZ奥村さんと楽しく歌うクリスマスソングトリクエストも歓迎！	1,300円 (月会費制)	CS神戸 申込はあすパークへ



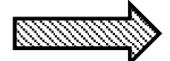
<あすパーク所在地>
神戸灘区中郷町5丁目1 大和公園内
営業時間 9:30-17:00
お休み: 日, 月, 祝日
【TEL】078-200-5293
【FAX】078-200-5294
【e-mail】aspark@cskobe.com
運営主体: 認定NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸

あすパーク 公式SNS



【Instagram】 【Facebook】 【Line】

後半は裏面に



日付	時間	イベント	内容	参加費	主催者/連絡先
20(金)	10:00~12:00	大人のアート教室	『年賀状づくり』で新年の準備を始めましょう	1,000円	ふるふるあーと babane0804@gmail.com(細見)
	13:30~15:00	ケアフレンドPark	あらゆるケアラーに向けての小さな講座と交流のリフレッシュ時間	500円	ケアフレンドを広める会 申込はあすパークへ
21(土)	10:00~12:30	ふるさと料理と交流の会	自ら故郷料理作り…故郷語りで会食。今月は高知の田舎寿司とイモ天ぷら	700円 (材料費込み)	ふるさと料理と交流の会 i.ishikawa@kura-corporo.co.jp 070-4395-0985
	13:30~15:30	ソーシャルカフェ	身近にできる地球温暖化対策	500円 (飲み物付き)	CS神戸 予約不要
24(火)	14:30~17:00	あすパークこどもリビング	自ら考える子を育てるこどもの居場所【神戸市補助事業】	満席	あすパークこどもリビング kodomo.living.asupark@gmail.com
25(水)	13:30~15:00	だれでもカフェ	誰かのお役に立つコトを、まずは話し合ってみませんか。	500円 (飲み物付き)	CS神戸 申込はあすパークへ
26(木)	10:30~12:30	みんなのひろばリーチ	花育“生花でお正月アレンジメント”作品を持ち帰るための袋・花器(牛乳パック程度のサイズ)をご用意ください。	1家族200円 (お1人参加100円) 材料費:1,200円	生活クラブ生活協同組合都市生活 078-904-3260(小松)
	13:30~15:30	演劇のレッスン②	違う自分を見つけてみませんか!	3,000円 (月会費制)	自由演劇倶楽部 えん 090-9056-7164(朝倉)
27(金)	10:00~11:00	気練りの会(気功)	簡単な動きで気を巡らせ疲れ知らずになりましょう(椅子使用可)	500円	coironagaiyoko coirokotonoha595@gmail.com
	13:30~16:30	協同労働ミニワーカーズ実践塾	自分で考え、立ち上げる事が出来る実践塾	22,000円 (全10回)	CS神戸 あすパーク/協同労働ワーカーズ推進会 shortwork@cskobe.com/ 078-200-5294

【お知らせ】

- みんなの居場所「ゆんたく」
障がい者の方も気軽に来れる夕方の居場所
毎週水曜16~18時 開催中 参加費無料
- 石屋川西公園清掃ボランティア ご協力をお願い
毎週水曜15時30分~16時30分で清掃活動本格実施
ボランティアカードを利用して子どもさんから大人まで
あいさつをしながら楽しくみんなで取り組み中
- 神戸・灘おもちゃの病院 『あすパーク・ゆりかご診療所』
壊れたおもちゃを初診料250円でお預かりし治療
交換部品としての壊れたおもちゃの寄付も受付中。
- ラジオ体操&芝生でゆる〜り太極拳
午前9時30分からあすパーク前で毎週金曜実施中。
初めての方も大丈夫。予約不要でふらっとお越しください。
- あすパークで活動する団体(個人)募集中
地域のためのイベント、講座、活動など
あすパークを利用してみませんか?
運営や集客のご相談に乗ります。
お気軽にお問合せください

★CS神戸HPより最新予定がGoogleカレンダーで閲覧可能
<https://www.cskobe.com/information/topics/aspark/>

お気軽にお立ち寄りください

- 六甲あすパークマルシェ
地元の作家さんのハンドメイド品やお菓子など、
常設販売中。新規出店者募集
- あすパークライブラリー
コミュニティ型ミニ図書館、10人の本棚オーナーさんが、
それぞれのイチオシの本を並べています。
登録(初回のみ300円)すれば無料で借りられます
- カフェコーナー
ドリップコーヒー150円、公園内テイクアウトOK
- 地域の情報コーナー
地域のイベント、ボランティア等の情報あり。
スタッフにお気軽におたずねください。
- こどもボランティアカード
公園のお掃除、水やり、あすパークのお手伝い等、
幼児から中学生まで活躍中
- 大人のぶちボランティアカード
こどもボランティアの見守りなど、
すき間時間に小さなボランティアをして
みませんか?

