

くらしを豊かにする情報をお届け

記事の見方 日日時 会会場 内内容 対対象 料参加費等 定定員 託託児 申申込 HP市ホームページ番号 問問合せ

にしナビ

※費用の表記のないものは無料。市外局番のないものは《0798》

感染防止策の実施にご協力を

- ◎ 手洗いや手指消毒の実施、咳エチケットへの配慮
- ◎ 体調不良時の参加自粛 ◎ 各施設での利用制限の厳守

※イベントは急きょ中止・延期する場合があります。実施状況については主催者へ問合せを



子供・子育て

貝と海の生物作品展

日 4月5日(火)までの午前10時～午後5時 (入館は4時半まで)。
水曜休館
料 要入館料
会・問 西宮市貝類館 (33・4888)

親子で遊ぼう！ 春のリズム体験会

日・内 下表のとおり
対 首がすわっている子～未就学児
料・定 あり
申・問 新日本婦人の会西宮支部 (71・3920)

公民館	日程(いずれも午前10時～)	
大社	4月5・12・26日	火
浜脇	4月7・21・28日	木
段上	4月9・23日	土
中央	4月15日	金

保育士による「絵の具あそび」

日 4月9日、5月14日、6月11日。
いずれも土曜午前10時～
会 甲山森林公園
対 2歳～小学生の親子
料 1人1500円
定 あり
申・問 同公園管理事務所 (73・4600)

Mommy&Me英語であそぼう!

日・会 4月20日(水)午後3時～…コープ夙川▷27日(水)午前10時～…安井市民館
対 2歳～未就学児と保護者
料 1家族500円
定 あり
申・問 同会 (090・4282・7282…木下方)

わくわく親子キャンプ

日 4月23日(土)・24日(日)。1泊
会 丹波少年自然の家(丹波市)
対 小学3年生以下の子を含む家族
料 1人6000円
定 15組。多数の場合抽選
申 4月8日午後5時までに同自然の家HP
問 同自然の家(0795・87・1633)

NIA地球っ子クラブ

日 5月～来年2月の土曜午前10時10分～。9回シリーズ
会 西宮市国際交流協会
内 国際理解ワークショップや外国人ゲストとの交流
対 小学2年生～6年生(2年生は保護者同伴)
料 3000円
定 15人。多数の場合抽選(小学4年生～6年生優先)
申・問 4月15日までに同協会 (32・8680)

芸術

要事前 申込 西宮市展の 作品出品

来年度の西宮市展へ作品を出品する場合は、5月20日(必着)までに事前申込を。申込について詳しくは、西宮市文化振興財団HPの募集要項をご確認ください。募集要項は市民会館等でも配架しています。
※作品の搬入は6月18・19日
問 同財団 (33・3146)

西宮日本画協会展

日 3月29日(火)～4月3日(日)の午前10時～午後5時(3日は4時まで)
会 北口ギャラリー
問 同協会 (63・7028…遠藤方)

4月のギャラリー

日・内 下表のとおり
問 文化振興課 (35・3425)

ロビーギャラリー / 市役所本庁舎1階
書(江草幽研さん) ※期間は1日～27日

ストリートギャラリー / 札場筋
バナアツ・ナバング ピキニニ友好協会
「南太平洋 異文化にふれるバナアツ写真展」
※期間は1日～28日

ららストリートギャラリー / ららぽーと甲子園
大手前大学建築&芸術学部学生作品
※期間は1日～26日
※展示替えのため鑑賞できない場合あり

骨髓バンク支援コンサート ～春爛漫 in 夙川

日 4月4日(月)午後2時～
会 夙川公民館 定 あり
申・問 骨髓バンク支援団体 愛のかけはし (090・8385・6821…翔方)

講座・講演会

相続対策セミナー 「相続対策 事前準備のすべて」

日 4月16日(土)午後2時～
会 大学交流センター 定 あり
申・問 西宮納税貯蓄組合連合会事務局 (33・5216)

発達障害勉強会

日 4月17日(日)午前10時～
会 市民交流センター 料・定 あり
申・問 こころ・からだ研究所(70・4487)
※詳細は同研究所HPへ

ネイティブによる英会話講座

日 5月～来年1月の水・金曜。各コース35回シリーズ
会 西宮市国際交流協会
内 入門、初級、中級、中上級、キッズ
料・定 あり
申・問 4月17日までに同協会 (32・8680) ※詳しくは同協会HP

外国人のみなさん、 日本語を一緒に学びませんか?

日 5月12日～7月14日の木曜午前10時半～。各クラス10回シリーズ

会 西宮市国際交流協会
内 入門、初級 料 各2500円 定 あり
申・問 3月30日から同協会 (32・8680) ※詳しくは同協会HP

催し

西宮浜さくら祭

日 4月3日(日)の午前10時～午後3時。荒天中止
会 さくら公園(西宮浜4丁目)とその周辺
内 ステージ、音楽広場など
問 西宮マリナパークシティ協議会 (090・9697・4402…柴田方)

ブックフェア「知ってほしい、 発達障害のこと」

日 4月8日(金)～5月8日(日)の午前9時半～午後7時。月曜、5月6日休館
会・問 鳴尾図書館 (45・5003)

読み語り「あのとときの王子くん (星の王子さま)」

日 4月9日(土)の午後3時、6時～、10日(日)の正午、午後3時～
会 門戸寄居J:SPACE(下大市東町)
料 2800円。小学生以下1000円
定 あり 申・問 華夢工房 (078・691・8954…鎌田方)

英語の歌を歌って脳トレ

日 4月13日(水)、27日(水)の午前10時～。2回シリーズ
会 プレラホール 料・定 あり
申・問 同ホール (64・9485)

ゑびす寄席

日 5月21日(土)午後2時～
会 名塩会館
内 出演は露の団四郎、笑福亭松喬ほか
対 小学生以上
料 1500円。65歳以上等1200円
定 60人。多数の場合抽選
申 ハガキ(1枚に4人まで)に代表者の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号、参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢を書き、4月17日(必着)までに同財団ゑびす寄席名塩係(〒662-0918六湛寺町10-11 ☎33・3146)

3月

健康づくりコラム

～歯科衛生士のひとりごと～

◆新習慣!「手洗い」「うがい」ほんなら「お口の体操」も!◆

新型コロナウイルス感染症に対抗すべく、皆さん「手洗い」「うがい」を頑張っていますが、もう1つ加えたいのが簡単な「お口の体操」です。唾液の分泌が増え、唾液の中の免疫・抗菌作用が働いてくれます。

- ①顎を軽く上げ「うー」と力を入れて唇をすばめた後、「いー」と唇を横に引き伸ばす
- ②口を閉じたまま舌で頬をカ一杯、左右交互に押す
- ③頬を膨らませ、すぼめるを繰り返す

忘れず取り組めるように洗面所に貼れるステッカーを作りました。皆さんも「手洗い」「うがい」と一緒に「お口の体操」を新習慣に!



上田歯科衛生士

問 健康増進課 (0798・26・3667)

警察署からの 情報110番



ちょっと待って! ATMでの携帯電話通話

市役所職員などを名乗り
● 医療費の過払い金があります
● 期限を過ぎていますがATMで還付手続きができます
などと詐欺の犯人から電話があります

ATMで
還付金・払い戻し金は
受け取れません

電話をしながらATM操作する人を見かけたら「それ、詐欺じゃないですか?」と声掛け、110番通報をお願いします。

問 西宮警察署(0798・33・0110)、甲子園警察署(0798・41・0110)

自転車修理教室

4月23日(土)午前10時～
リサイクルプラザ
自転車のパンク修理体験
6人。多数の場合抽選
往復ハガキに催し名、住所、氏名、電話番号を書き、4月2日(消印有効)までに同プラザ(〒662-0934西宮浜3丁目8番22・6655)

スポーツ・アウトドア

市民体育大会(軟式野球)の申込

4月3日(日)の午前8時～午後2時
中央運動公園野球場(※あり)
西宮野球協会(33・8888…ポッポヤスポーツ店内、木曜休み)

西宮スポーツセンターの催し

下表のとおり
3月29日午前9時から同センターHP
同センター(73・7581)

Table with 2 columns: Event Name and Details. Includes 'かんたんエアロ・燃焼系エアロ教室体験会', 'ジュニア新体操教室(日)体験会', '幼児体操3歳児 体験会', '大人のバドミントン教室 体験会'.

春の市民ファミリーハイキング

4月10日(日)午前10時に北山緑化植物園入口付近に集合。雨天中止
北山貯水池・鷲林寺周辺など。約4*。
60人。先着順
3月29日午前10時から市HP
82973908
能登運動場(74・3472)

ツツジ咲く季節！しゃげごう山を歩こう！

4月17日(日)午前10時～
コープの森・社家郷山
5歳以上の子と保護者。大人のみ可
200円(定)あり
コープこうべ(67・8927)

健康・福祉

認知症サポーター養成講座

4月19日(火)午前10時～…オンライン(Zoom)▷5月31日(火)午後1時半～…西宮浜公民館
あり
西宮市社会福祉協議会(31・3006) ※詳細は同協議会HP

身体障害者巡回(移動)相談会

4月22日(金)の午前9時～正午
総合福祉センター
義手、義足等補装具の相談と指導
18歳以上の身体障害者手帳を持つ肢体不自由者
あり
生活支援課(35・3157)

要約筆記者養成講座(手書きコース)

5月10日～11月29日の火曜午後1時半～。29回シリーズ
総合福祉センター
講座修了後に要約筆記者として活動できる18歳以上の人。在勤・在学者可
3670円(定)あり
29330315
障害福祉課(35・3291)

西宮市医師会 市民フォーラム「もしかして病気?その息切れ」

5月28日(土)午後2時～
フレンテホール(定)あり
4月1日から西宮市医師会(26・0662)26・0664)
※手話通訳、要約筆記(要予約)あり

人事募集

教育委員会の会計年度任用職員B

下表のとおり
特別支援教育課(35・3897)
※詳細は各HPで確認を

Table with 2 columns: Position and Details. Includes '市立幼稚園の保育支援員', '市立小・中・義務教育学校の介助支援員'.

市立保育所の職員

下表のとおり
保育所事業課(35・3906)

Table with 2 columns: Position and Details. Includes '保育士(会計年度任用職員B)', 'パート保育士(会計年度任用職員A)'.

市の保育士登録・相談会(会計年度任用職員)

4月17日(日)の午後1時～5時(受付は4時半まで)
プレラにしのみや4階
保育所事業課(35・3906)
※履歴書(写真貼付)、保育士証の写しの持参を

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業の従事スタッフ

高齢者の集まる通いの場への健康教育・健康相談等
歯科衛生士の免許取得者
兵庫県歯科衛生士会(078・341・6471)

704 にしのみや 4月分
毎週月曜更新。放送は午前9時、午後2時、5時45分、9時45分から
4日(月)～10日(日)、18日(月)～24日(日) イベントリポート…市内で行われたイベント等を紹介
11日(月)～17日(日)、25日(月)～5月1日(日) P R…ドラマ仕立てで市の取組や魅力を分かりやすく紹介
4日(月)～5月1日(日) スポトレ…自宅で簡単にできる運動を紹介

相談

市民のための相続相談サポート

4月9日(土)午後2時～
市民会館
税金、登記、相続全般
あり
桜風法律事務所(26・0622)

助産師による妊産婦さんと乳児の子育て相談

4月11日(月)の午前10時～正午、22日(金)の午後2時～4時
オンライン(Zoom)・電話相談
西宮市助産師会HP
同会(090・1158・7075…森田方)

消費生活センター 4月の相談会

12日(火)・26日(火)の午後1時～
借金(多重債務)相談。1組1時間以内。司法書士が応対
あり
同センター(64・0999)

さくらFM(78.7メガヘルツ)で放送している市の提供番組を月替わりで紹介
西宮徹底解剖(4月号)
第1～4月曜午後8時半から30分間
さまざまな角度から知られざる西宮を解き明かす、驚き・発見・感動が満載の番組。1週目～3週目に出題されるクイズに全問正解した人の中から抽選で1人にクオカード3000円分をプレゼント。4月のテーマは「未来につなぐにしのみやの文化財」。ゲストティーチャーは文化財課の俵谷和子さん、東原直明さん ※放送終了後は、市のホームページ(HP)54149619)から音声配信あり
歴史と文化の散歩道
日曜午前8時から30分間
市内の文化財や博物館などを訪ねて、西宮の歴史や文化の営みを伝えます

公民館活用促進プロジェクト
市は、市民の生涯学習を推進する企画「公民館活用促進プロジェクト」を行っています。4月から始まる講座は下表のとおり。申込や内容は各主催者へ。
※市外局番のないものは《0798》
講座名(対象) 日時 公民館 費用 申込・問合せ
初心者のためのオカリナ ①第2月曜…若竹、②第3火曜…大社、③第4木曜…鳴尾、④第4土曜…山口。①②④午後1時、③午前9時半～ 各回1000円(別途要教材費) 080・4766・5651(岡嶋)
わくわく子育て診断&マネー勉強会(子育て中の人) 第3金曜、第3土曜の午前9時45分～ 瓦木 - 090・8365・2752(杉村)
ガンバル理科教室(小学4年生～6年生) 第2・4日曜の午前9時半～ 段上 各回500円 090・6050・3799(太田)
整えるヨーガ 火曜(月3回)の午前10時～ 南甲子園 各回1000円 090・8212・2194(ギョウブ)
宮沢賢治の世界 4月18・26日、5月9・17・30日、6月7・20・27日、7月7日(おおむね月・火曜)の午後5時半～ 夙川 各回500円 070・7627・9930(ポラン堂古書店)
呼吸法と椅子ヨガ 第1日曜午前10時40分～ 大社 1000円
いい呼吸とヨガ 第2日曜の①午前9時10分、②10時20分～、第4日曜の③午前9時10分、④10時20分～ 今津 ①③500円、②④1000円 080・4248・0416(古田)
心温まる懐かしいポップスコンサート 4月16日、6月11日、8月27日。土曜午後4時～ 上ヶ原 500円(小学生以下無料) 080・3803・0326(赤澤)
健康ツボ療法 ①4月17日(日)…山口、②5月23日(月)…鳴尾東、③5月31日(火)…甲東、④6月4日(土)…塩瀬。①④午後1時半、②③午前10時～ - 080・5303・6178(滝川)
ハッピーマネー お金のお話&おひるねアート撮影会 ①4月14日…春風、②5月12日…大社、③6月9日…今津、④7月14日…高木、⑤8月4日…若竹。木曜午前9時半～ - 39・7701(久原)
問 地域学習推進課(0798・67・1567)

西宮市大谷記念美術館 KENJI SATO 佐藤健寿展 WONDER / MICROCOSM 世界/奇界
「クレイジージャーニー」に出演の写真家・佐藤健寿の個展を開催します。世界120カ国以上を巡って撮影された、各地の「奇妙なもの」を展示します。
4.2(土) — 6.5(日)
開館時間：午前10時～午後5時(入館は4時半まで)
休館日：水曜 ※5月4日は開館
入館料：1200円。高校・大学生600円、小・中学生400円
関連イベント 要申込。詳細は同館HPで確認を
①4/10 講演会「驚異の媒介者～佐藤健寿」
②4/24 ワークショップ「西宮探検」
③5/1 オータニミュージアムコンサート
④5/15 ワークショップ「貝のお話を聞いて、〇〇を作ろう」
問 西宮市大谷記念美術館(0798・33・0164)