

# 市内体育館などで教室を開催

問 西宮スポーツセンター  
(0798・73・7581) <http://nsc-sports.jp/>

## スポーツセンター無料体験教室

西宮スポーツセンターは、「フラダンス教室」と「ヒップホップダンス教室」の無料体験教室を実施します。申込は3月15日午前10時から電話でスポーツセンターへ。先着順 ※無料体験後の日程などは問合せを



### ★フラダンス教室～初心者クラス

【日時】3月25日(金)午前10時半から  
【定員】30人

### ★ヒップホップダンス教室～シニアクラス

【日時】3月20日(日・祝)・27日(日)  
の午前9時から 【対象】60歳以上  
【定員】各20人

### ★ヒップホップダンス教室～一般クラス

【日時】3月20日(日・祝)・27日(日)  
の午前11時半から 【定員】各20人

### ★ヒップホップダンス教室～中高生クラス

【日時】3月24日(木)・31日(木)  
の午後6時から 【対象】中学生、高校生  
【定員】各20人

### ★ヒップホップダンス教室～キッズクラス

【日時】3月20日(日・祝)・27日(日)の  
午前10時15分から、24日(木)・31日  
(木)の午後5時から  
【対象】小学生 【定員】各20人

## 遊・遊すぽ一つ広場

【日時・会場】いずれも午後1時～。雨天中止▷  
①3月18日(金)…塩瀬中央運動公園多目的広場  
▷②23日(水)…鳴尾浜臨海公園芝生広場▷③



25日(金)…中央運動公園陸上競技場 【内容】グラウンド・  
ゴルフなど 【問合せ】①・③西宮スポーツセンター、②リ  
ゾ鳴尾浜 (0798・42・2161) ※②の当日雨天中止の問合  
せは午前11時から専用電話(080・2412・8363)

## 硬式テニス教室

次の施設で、月謝制の硬式  
テニス教室を開催していま  
す。日時や対象、申込方法(申込は3月14日から)など詳しくは  
各施設へ。▷中央テニスコート(0798・74・0720)▷樋之池テ  
ニスコート(0798・70・1932)▷流通東テニスコート(078・  
903・3801)▷塩瀬テニスコート(0797・62・2565)

## 各体育館 通年制の教室

開催期間は4月～来年3月。要受講料(月謝制)。定員あり。申込は3月10日～17日の午前9時～午後5時に参加を希望する体育館へ  
来館を。申込1教室につき1枚のハガキを持参。多数の場合抽選(市内在住・在勤者優先)。詳しくは各施設へ問合せを。  
※対象の2・3歳児…平成24年4月2日～26年4月1日出生▷4歳児…23年4月2日～24年4月1日出生▷5歳児…22年4月2日  
～23年4月1日出生

教室名・曜日	開始時間	対象	教室名・曜日	開始時間	対象	教室名・曜日	開始時間	対象	教室名・曜日	開始時間	対象		
<b>スポーツセンター(0798・73・7581)</b>			<b>中央体育館分館つづき</b>			<b>鳴尾体育館つづき</b>			<b>北夙川体育館つづき</b>				
ひよこっこ体操	木 13:00	2・3歳児	元気!すこやか体操	水 11:15	60歳以上	元気!すこやか体操	木 13:15	60歳以上					
幼児体操	火 15:00	4歳児	初級バドミントン	金 11:00	一般	金 11:15			リフレッシュ&シェイブ	水 10:00	一般		
	火 16:00	5歳児	小学生卓球	土 9:15	小学生	水 11:00	2・3歳児と保護者		金 9:00				
小学生体操	火 17:00	小学1・2年	中学生卓球	土 11:15	中学生	木 12:00			金 10:00				
	金 17:00					木 15:00			火 10:00	一般			
<b>中央体育館(0798・74・0720)</b>			<b>今津体育館(0798・48・4828)</b>			<b>甲武体育館(0798・52・5293)</b>			<b>流通東体育館(078・903・3801)</b>				
幼児体操	木 15:00	4歳児	親子でリフレッシュ	火 11:00	2・3歳児と保護者	親子でリフレッシュ	水 11:00	2・3歳児と保護者	親子でリフレッシュ	水 11:00	2・3歳児と保護者		
	木 16:00	5歳児		火 12:00			水 12:00			水 15:00	4歳児		
	金 15:00	4歳児	金 15:00		木 15:00		火 16:00	5歳児	のびのび健康体操	水 11:00	一般		
	金 16:00	5歳児	火 15:00	4歳児	火 16:00	5歳児	水 15:00	4歳児		木 11:00			
ミニバスケットボール	火 17:15	小学4年～6年	幼児体操	火 16:00	5歳児	小学生スポーツ	火 17:00	小学1年～3年	応用クォーターテニス	水 11:00	一般		
中学生バスケットボール	火 19:15	中学生	小学生スポーツ	火 17:00	小学1年～3年	ミニバスケットボール	金 16:00	小学4年～6年	流通東体育館				
中学生バレーボール	水 19:15	中学生	ミニバスケットボール	金 16:00	小学4年～6年	小学生バレーボール	火 18:00	小学4年～6年	親子でリフレッシュ	水 11:00	2・3歳児と保護者		
基礎クォーターテニス	金 11:00	一般	リフレッシュ&シェイブ	火 10:00	一般	リフレッシュ&シェイブ	火 9:00	一般	幼児体操	水 15:00	4歳児		
応用クォーターテニス	金 11:00	一般	木 11:00	一般	リフレッシュ&シェイブ	火 10:00	一般	小学生スポーツ	水 17:00	小学1年～3年			
スポーツ塾	水 11:15	60歳以上	木 12:00	一般	水 10:00	一般	ミニバスケットボール	金 17:15	小学4年～6年	水 18:00	小学4年～6年		
中級卓球	火 11:00	一般	木 10:00	一般	元気!すこやか体操	火 11:15	60歳以上	小学生バレーボール	木 17:15	小学4年～6年	リフレッシュ&シェイブ	水 12:00	一般
中級バドミントン	火 11:00	一般	のびのび健康体操	金 9:00	一般	応用クォーターテニス	木 11:00	一般	リフレッシュ&シェイブ	水 12:00	一般	<b>塩瀬体育館(0797・62・2565)</b>	
なぎなた	木 17:30	小学生	クォーターテニス	金 13:00	一般	<b>北夙川体育館(0798・70・2222)</b>			親子でリフレッシュ	火 11:00	2・3歳児と保護者		
<b>中央体育館分館(0798・67・0771)</b>			<b>鳴尾体育館(0798・46・1333)</b>			<b>北夙川体育館(0798・70・2222)</b>			火 12:00	保護者			
親子でリフレッシュ	水 9:00	2・3歳児と保護者	親子でリフレッシュ	水 9:00	2・3歳児と保護者	親子でリフレッシュ	水 15:00	2・3歳児と保護者	火 15:00	4歳児	幼児体操	火 16:00	5歳児
	水 10:00			水 10:00			金 9:00		木 15:00	4歳児		木 15:00	4歳児
幼児体操	木 9:00		幼児体操	金 15:00	4歳児	幼児体操	金 10:00		木 16:00	5歳児	小学生スポーツ	火 17:00	小学1年～3年
	木 10:00		小学生スポーツ	水 16:00	小学1年～3年	小学生スポーツ	木 16:00	小学1年～3年	金 15:00	4歳児		火 18:00	小学4年～6年
	火 15:00	4歳児	ミニバスケットボール	金 17:15	小学4年～6年	ミニバスケットボール	火 17:00	小学1年～3年	金 16:00	5歳児	リフレッシュ&シェイブ	木 10:00	一般
	火 16:00	5歳児	小学生バレーボール	水 17:15	小学4年～6年	小学生バレーボール	水 16:00	小学4年～6年	火 18:00	小学4年～6年	のびのび健康体操	木 9:00	一般
水 15:00	4歳児	リフレッシュ&シェイブ	水 11:00	一般	リフレッシュ&シェイブ	水 16:00	小学4年～6年	木 11:00	一般	元気!すこやか体操	木 13:15	60歳以上	
木 15:00	5歳児	木 9:00	一般	木 9:00	一般	ミニバスケットボール	木 17:15	小学4年～6年	クォーターテニス	火 13:00	一般		
小学生スポーツ	水 16:00	小学1年～3年	木 10:00	一般	リフレッシュ&シェイブ	火 11:00	一般	リフレッシュ&シェイブ	月 9:00	一般	初・中級卓球	月 9:00	一般

## 学んでいきいき! 西宮もいきいき! 宮水学園受講者募集

市は、①西宮市生涯学習大学「宮水学園」(教養コース・選択コース)、②同塩瀬地域講座、③同山口地域講座の受講者を募集します=下表参照。重複受講可。

※募集案内・申込書は、市役所本庁舎1階総合案内所横、各支所・公民館、アクタ西宮ステーションなどで配布

【対象】平成28年4月1日現在、60歳以上の人(②・③は定員に満たない場合、59歳以下の人も可)

【受講料】各2000円。①の選択コースは6000円、別途教材費等が必要な場合あり

①教養コース・選択コース	②塩瀬地域講座	③山口地域講座
【日程】5月26日(木)～来年3月16日(木)。11回シリーズ(選択コースは26回シリーズ) 【会場】市民会館アミティホールなど 【内容】教養コース…生きかた、健康づくりなどの一般教養講座▷選択コース…教養講座に加え、選択講座(絵画・国際文化・文学など)の中から1講座を受講【定員】教養…なし▷選択…各40人～150人	【日程】5月18日(水)～来年2月15日(水)。9回シリーズ 【会場】塩瀬公民館 【内容】ふるさと、植物、国際の3テーマ 【定員】100人程度	【日程】5月24日(火)～来年2月21日(火)。9回シリーズ 【会場】山口ホール 【内容】時事、せいかつ、文学の3テーマ 【定員】100人程度

所定の申込書を、4月5日に塩瀬公民館か山口ホールに持参するか、6・7日に市民会館へ。受付時間はいずれも午前10時～午後4時。できるだけ本人が来館を。①の選択コースを希望する人は82円切手を貼った返信用封筒も持参。多数の場合抽選 ※当日来られない人は、郵送可。申込書と82円切手を貼った返信用封筒(①の選択コース希望者は返信用ハガキも)を、4月1日(必着)までに大学・生涯学習推進課へ。詳しくは、募集案内で確認を

問 大学・生涯学習推進課 (0798・35・5165)

## より専門性の高い知識を学ぶ 宮水学園マスター講座受講者募集

市は、西宮市生涯学習大学「宮水学園」マスター講座(前期)の受講者を募集します。対象は平成28年4月1日現在、60歳以上の人。

【日程・内容】いずれも9月までの10回シリーズ▷①つついっしうしたくなる身の回りの化学…水曜午後2時～。5月11日開講▷②ことばの不思議発見…木曜午前10時～。4月28日開講▷③笑い学～笑う門には福来たる…金曜午前10時半～。5月13日開講

【会場】市民会館、③はフレンテ西宮4階 【受講料】各7500円

【定員】各40人 【申込】ハガキに希望コース(第3希望まで)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書き、3月31日(必着)までに大学・生涯学習推進課(〒662-0911池田町11-1)。持参も可。市のホームページ(楽しむ・学ぶ→生涯学習→宮水学園マスター講座)からの申込も可。多数の場合抽選 ※募集案内は同課、市役所本庁舎1階総合案内所横、各支所・公民館・図書館などで配布しているほか、市のホームページからダウンロード可

問 大学・生涯学習推進課 (0798・35・5165)