



# いっしょに出会おう

## ヴィッセル神戸

### 西宮市民応援デー

試合に1000人を無料招待!  
ヴィッセル神戸は、11月20日午後2時から神戸ウィングスタジアム(神戸市)で行われる対大宮アルディージャ戦に、西宮市民1000人を無料招待します。

試合に1000人を無料招待!  
ヴィッセル神戸は、11月20日午後2時から神戸ウィングスタジアム(神戸市)で行われる対大宮アルディージャ戦に、西宮市民1000人を無料招待します。

## ふくし

●総合福祉センターの催し  
問合せは同センター(33・5501 FAX 35・1132)へ 開館20周年「記念のつどい」...

## 人事募集

●留守家庭児童育成センターの嘱託指導員  
対象は昭和41年4月2日以降生まれの保育士資格・教員免許取得者...

## 相談と説明会

●看護職合同就職説明会  
11月7日午後1時から市民会館で。対象は看護職の資格をもつ人...

## 親子で秋を満喫しませんか

キャンプ、自然学校へどうぞ

市は、野外炊事や自然体験など親子で楽しめる催しの参加者を募集します。

●ファミリーデイキャンプ  
11月20日午前10時から社家郷山キャンプ場で開催。参加費1人500円(3歳以下無料)。

●野外活動リーダーセミナー  
11月23日午前10時から甲山自然の家で。対象は高校生以上30人。参加費1000円。

## 情報センターの催し

所・氏名、電話番号、参加人数(5人まで)を書き、11月8日(消印有効)までに、ヴィッセル神戸チケットセンター(〒652-0855神戸市兵庫区御崎町1丁目2-1御崎ビル3階 ☎078-651-1222)へ。多数の場合抽選

文学・歴史セミナー  
西宮市大学交流センターは、インターネット西宮「文学・歴史セミナー」の受講生を募集します。テーマは「源氏物語の時代」...

78.7MHz さくらFM  
●市提供番組の放送予定(11月分主なもの)  
問合せは広報グループ(35・3402)へ

●市の広報番組「出会いのまち西宮」  
11月19日の午後5時45分~6時。市制80周年を記念し、これからの西宮のまちづくりに向けて市民の皆さんの声を聴いてレポート(10月15日分再放送)。問合せは広報グループ(35・3487)へ

## ホールの催し

《フレンテホールの催し》  
フレンテ寄席「露の五郎兵衛襲名記念落語会」  
11月5日午後2時から。対象は小学生以上。入場料2500円。当日500円増。全席指定

## 市民ギャラリーの催し

《市民ギャラリーの催し》  
書友くらぶ阪神支部書道作品展 11月8日~13日  
●市民ギャラリーセミナー「彫刻世界の楽しみ方」  
11月26日~12月17日の土曜午後2時から市民ギャラリーで。対象は15歳以上。要実費。申込は11月8日から西宮市文化振興財団へ

## 北口ギャラリーの催し

《北口ギャラリーの催し》  
彩の会展(水彩画など) 11月1日~6日  
あしで会書作展 11月3日~6日  
白光写友クラブ写真展、ピエロ・産経学園水彩画教室展、YKデッサングループグループ展(洋画など) 11月8日~13日

## 図書館から

移動図書館いずみ号日程・11月前期分  
時間などは中央図書館へ問合せを▷1日...瓦林公園▷2日...御代開公園(雨天の場合9日)▷8日...松並公園▷10日...雅楽荘▷15日...甲武中学校  
●中央図書館のリサイクル図書市民無料配布  
11月11・12日の午前10時~午後4時。約7000冊。児童書は1人5冊まで。児童書以外は午前10時~正午が1人10冊まで、正午~午後4時は制限なし。問合せは同館へ

広告



## 阪神米穀のお米

# えべっさん

●本社 TEL.0798(26)0211(代表)  
●URL <http://www.ebessan.jp>

## もち米の魅力

私たちがふだん食べているごはんはうるち米、おもちやお赤飯の材料になるのがもち米です。モチモチとした食感がもち米の最大の魅力。つきたてのおもちは消化されやすいα型でんぷんですが、時間がたつと消化されにくいβ型に変わり、加熱すればまたα型に、という重宝な食品なのです。おもちはパンやおいもと比べてゆっくりと消化されるので、血糖を長時間にわたって供給でき、持久力が必要なマラソンなどにはまさにうってつけの食品です。さらに、保存がきいてどこにでも持参でき、加熱すればすぐに食べられるというのも大きな魅力です。

阪神米穀は「おいしいごはんを食べよう県民・国民運動」を応援しています。