

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

### Mommy&Me 英語で遊ぼう!

- 日・会 6月29日(水)、7月27日(水)の午前10時～…安井市民館▷7月20日(水)午後3時～…コープ夙川
- 対 2歳～未就学児と保護者
- 料 1家族500円 定 あり
- 申 同会(090・4282・7282…木下方)

### 親子でむし歯ZERO教室

- 日・会 7月13日(水)…塩瀬公民館▷14日(木)…山口保健福祉センター。いずれも午前10時～
- 内 歯みがき指導、フッ化物塗布など
- 対 おおむね2歳～未就学児と保護者
- 定 各20組程度。先着順
- 申 6月29日午前8時45分から健康増進課(26・3667)

### よちよち広場～生活習慣について

- 日 7月14日(木)午前9時45分～
- 対 未就学児と保護者
- 定 40人。当日先着順(受付は9時半から)
- 申 子育て総合センター(39・1521)

### 市立西宮高校 松柏講座

- 日・内 下表のとおり
- 対 5歳～小学生と保護者
- 定 各回12組。多数の場合抽選
- 申 往復ハガキに講座名、参加希望日(第2希望まで)、住所、参加者全員の氏名、子の年齢・学年、電話番号を書き、7月8日(消印有効)までに同校(〒662-0872高座町14-117 ☎74・6711)

- 家族で挑戦～化石発掘体験**
- 日 7月19日(火)～22日(金)の午後2時半～
- 料 各回1組500円
- 家族で挑戦～ペーパーストーンを作ろう**
- 日 7月25日(月)～27日(水)の午後2時半～
- 料 各回1組200円

### 西宮市貝類館の催し

- 日・内 下表のとおり
- 対 未就学児は保護者同伴
- 申 ①7月4日、②11日までに市HP ☎72780858 問 同館(37・0485)
- ①二枚貝のキーホルダー作り**
- 日 7月16日(土)の午前10時半、午後1時半、3時～
- 料 各回100円。別途要入館料
- 定 各回8組。多数の場合抽選
- ②貝と粘土の工作教室**
- 日 7月23日(土)・24日(日)の午前10時、午後1時半～
- 会 西宮浜公民館 料 各回500円
- 定 各回30人。多数の場合抽選

### 人形劇定期公演

- 日 7月16日(土)午後2時～
- 会 大学交流センター
- 料 100円。未就学児無料
- 定 90人。多数の場合抽選
- 申 7月6日までに市HP ☎37863174
- 問 文化振興課(35・3425)

### 大きなキャンパスに気分は画家さん!

- 日 7月29日(金)の①午前10時半、②午後2時～
- 会 市民会館
- 対 ①1歳半～3歳、②4歳以上の未就学児。いずれも保護者同伴
- 料 子供1人1600円
- 定 各回12組。多数の場合抽選
- 申 7月16日までに西宮市文化振興財団HP
- 問 同財団(33・3146)

### 夏休みエコいえ作り 体験ワークショップin船坂

- 日 8月7日(日)午前10時20分～
- 会 船坂里山学校
- 対 小学5・6年生と保護者。在学者可
- 料 1人500円
- 定 15組。多数の場合抽選
- 申 7月7日までに市HP ☎52746960
- 問 すまいづくり推進課(35・3772)

### 伝統文化 いけばな教室

- 日 7月～来年1月の第3日曜午後3時～
- 会 上甲子園公民館
- 対 小・中学生
- 料 各880円 定 あり
- 申 同教室
- 問 (090・8146・5832…福武方、夜)

### 夏だ!みんなでスポーツしよう!

- 日・内 7月18日(月・祝)の①午前8時～…トライアスロン(スイム&ラン)▷②10時～…かけっこ教室▷③11時～…走り方教室
- 対 ①4・5歳児～小学生、②4歳児～小学1年生、③小学2年生～4年生
- 会 北夙川体育館 定 各30人。先着順
- 申 6月30日①午前9時、②10時、③11時から電話でアスレチック・リエゾン・西宮事務局(73・7581…西宮スポーツセンター内)

### 夏休み親子紙すき教室

- 日 7月26日(火)～29日(金)の午前10時～
- 会 リサイクルプラザ
- 内 牛乳パックを利用したハガキ作り
- 対 小学生と保護者
- 定 各10組。多数の場合抽選
- 申 往復ハガキに催し名、希望日、住所、氏名、子の氏名・学年、電話番号を書き、7月9日(消印有効)までに同プラザ(〒662-0934西宮浜3丁目8 ☎22・6655)

### 手話にふれる 夏休みおやこスクール

- 日 7月28日(木)、8月8日(月)の午前10時～。2回シリーズ
- 会 総合福祉センター
- 対 小学4年生～6年生と保護者。在学者可
- 定 15組。多数の場合抽選
- 申 7月14日までに西宮市社会福祉協議会HP
- 問 同協議会(31・3006)

### 夏休み親子消費者教室

- 日 7月28日(木)午後2時～
- 会 北口図書館
- 内 ペットボトル風車を作ってエネルギーを知ろう
- 対 小学生と保護者 料 1人220円
- 定 10組。多数の場合抽選
- 申 往復ハガキに催し名、住所、氏名、子の氏名・学年、電話番号を書き、7月11日(必着)までに消費生活センター(〒663-8035北口町1-1 ☎69・3157)

### 森であそぼう! 昆虫博士をめざせ!

- 日 7月31日(日)午前10時～
- 会 社家郷山 対 小学生とその家族
- 料 1人500円
- 定 30人程度。多数の場合抽選
- 申 ハガキに催し名、住所、参加者全員の氏名・年齢、電話番号、メールアドレスを書き、7月18日(必着)までにこども環境活動支援協会(〒662-0832甲風園1丁目8-1 ☎080・4665・3806…久世方)

### 親子で学ぼう救急講習

- 日 7月30日(土)の午前9時半、11時～
- 会 消防局
- 対 小学4年生～6年生と保護者
- 定 各10組。先着順
- 申 7月8日から市HP ☎53316736
- 問 救急課(38・6577)

### 市立郷土資料館のサマースクール

- 日・内 下表のとおり
- 会 市立郷土資料館
- 対 小学5・6年生(①④は保護者同伴)
- 定 多数の場合抽選
- 申 7月13日までに市HP ☎38864984
- 問 同館(33・1298)

- ①水うちわをつくろう ～夏のくらしの工夫を学ぶ**
- 日 7月30日(土)午前10時～
- 料 1組300円
- 定 5組10人
- ②まわる民具・まわす民具 大実験!!**
- 日 8月3日(水)午後1時半～
- 定 10人
- ③西宮砲台のポップアップカードをつくろう**
- 日 8月5日(金)午後1時半～
- 定 10人
- ④こども考古学教室 ～土器の文様を再現しよう**
- 日 8月7日(日)午前10時～
- 料 1組300円
- 定 5組10人

## 芸術

### 7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**
- 日本画(中川理代さん) ※期間は1日～28日
- ストリートギャラリー @ 札場筋**
- 芦原むつみ保育所「あしはらむつみミュージアム」 ※期間は1日～29日
- ららストリートギャラリー @ ららぽーと甲子園**
- 貝類館パネル・標本展示
- ※期間27日まで(6月も展示中)
- ※展示替えのため鑑賞できない場合あり

### 西宮市展

- 日 7月2日(土)～9日(土)の午前10時～午後5時(9日は3時まで)。4日は休館
- 会 市民ギャラリー
- 内 洋画、日本画、デザイン、書、写真、彫塑・立体、工芸
- 問 西宮市文化振興財団(33・3146)

### Nishinomiya パリ祭

- 日 7月8日(金)午後2時～
- 会 プレラホール
- 内 シャンソンコンサート
- 料 2500円 定 あり
- 申 同シャンソン・エ・プリランテ
- 問 (090・8984・0502…柚木方)

### 県立西宮高校音楽科生によるティーンズ・サマー・コンサート

- 日 7月21日(木)午後3時半～
- 会 プレラホール
- 定 100人程度。多数の場合抽選
- 申 往復ハガキに催し名、参加人数(3人まで)、代表者の住所・氏名・電話番号を書き、7月6日(必着)までに文化振興課(〒662-8567六湛寺町10-3 ☎35・3425)

6月

## 健康づくりコラム

～保健師のひとりごと～

### ◆ 熱中症は予防が大切。暑さ指数も参考に ◆

日に日に暑くなり、本格的な夏が近づいてきました。今年は感染対策を図りながら、少しずつ夏のイベントの開催も増えてくるようです。気温や湿度が高く、日差しが強い屋外では、熱中症のリスクが高くなり、対策が必須です。水分補給は水や麦茶で。汗をたくさんかいた時は、スポーツドリンク等で塩分も補給しましょう。緑茶、コーヒー、アルコール飲料は利尿作用があるため脱水になり、熱中症にかかりやすくなってしまいます。

熱中症予防の指標になる暑さ指数(WBGT)は、環境省のホームページから確認できます。暑さ指数も参考に熱中症を予防し、今年の夏も元気に過ごしましょう。

熱中症の予防ポイントを本紙1面で紹介!



小坂保健師

問 健康増進課(0798・26・3667)

講座・講演会

西宮ストークス選手と学ぶ熱中症対策セミナー

日 7月10日(日)午前10時～
会 職員会館 小学生以下保護者同伴
定 50人。先着順
申 6月29日午前9時から市HP
HP 41266020
問 スポーツ推進課(35・3426)

西宮文学案内 前期講座

日・内 下表のとおり 各500円
定 ①200人、②③各70人。多数の場合抽選
申 7月7日までに西宮市文化振興財団HP
問 同財団(33・3113)
①井上靖の描く関西・西宮
日 8月5日(金)午後3時～ 会 勤労会館ホール
②西宮ゆかりの作家 藤本義一の思い出
日 8月26日(金)午後3時～ 会 大学交流センター
③西宮に住んだ文化人とノーベル賞との関係
日 9月25日(日)午後2時～ 会 大学交流センター

資格取得準備講座

日・内 下表のとおり
会 若竹生活文化会館 在勤・在学者可
定 各20人。多数の場合抽選
申 7月8日までに市HP
HP ①18775410、②87846250
問 同館(67・7171)

Table with 2 columns: Course Name, Dates/Details. Includes 'ビジネス文書2級' and 'ファイナンシャル・プランニング技能士3級'.

催し

「読んでごらんおもしろいよ」選定図書の巡回展示

日・会 下表のとおり
問 中央図書館(33・0189)

Table with 2 columns: Venue, Schedule. Lists venues like 中央図書館 and 鳴尾図書館 with their respective dates.

海底ゴミの引き上げ清掃見学

日 7月2日(土)の午前10時15分～11時半
会 鳴尾浜臨海公園海づり広場
要 要入場料 同広場(40・7650)

人事募集

市の会計年度任用職員B
問 人事課(35・3514)
夏休み期間の児童館行事の補助・遊びの指導
内 週2～6日で1日4時間～7時間勤務
※児童館によって異なる 日額4500円以上
申 履歴書(写真貼付)、会計年度任用職員B登録票、保育士・教員免許取得者は資格証の写しを同課へ持参郵送

市立中央病院の会計年度任用職員A
申・問 同病院人事給与課(64・1515)
医療ソーシャルワーカー
内 市立中央病院での患者総合支援センター業務。月曜～金曜の午前8時半～午後3時15分
申 社会福祉士免許取得者で実務経験が1年以上ある人
日 月額21万8200円。賞与あり 定 1人
HP 94654807 ※詳細は市HPで確認を

きのご観察会

日 7月2日(土)午前10時半～
会 甲山森林公園 中級者向け
対 小学生以上 定 あり
申・問 同公園管理事務所(73・4600)

であい市門戸厄神

日 7月3日(日)の午前10時～午後3時
会 門戸厄神東光寺
内 フリーマーケットや体験学習など
問 同実行委員会(54・6733)

展示&ブックフェア「平和を想う」

日 7月8日(金)～8月3日(水)の午前9時～午後8時(土・日曜、祝・休日は6時まで)。月曜、7月19日休館
申・問 北口図書館(69・3151)

健康・福祉

湯友講座

日・会 下表のとおり
内 ①介護予防講師による講義等、②介護予防講師による腰痛対策等、③認知症ケア専門士による認知症予防講座、④フレイル予防
対 65歳以上 定 あり
問 西宮市シルバー人材センター(72・3461)

Table with 2 columns: Date/Time, Venue. Lists dates from 7/1 to 7/19 and venues like 新湯, クア武庫川, etc.

スクール・資格

甲種防火管理新規講習

日 8月4日(木)・5日(金)の午前10時～。2回シリーズ
会 市役所第二庁舎3階 日 5000円
定 約50人。多数の場合抽選
申 6月30日～7月7日に市HP HP 85475517
問 消防局予防課(32・7316)

クリーニング師試験

日 8月23日(火)午前10時～
会 ビューティーアーツ神戸 日本高等美容専門学校(神戸市)
対 中学校卒業以上など 日 7000円
申 7月4日～8日に生活環境課(26・3692)

市立保育所の会計年度任用職員A
問 保育所事業課(35・3184)
フルタイム調理員
内 月曜～金曜の午前8時15分～午後4時45分
対 調理師または栄養士免許取得者(保育所給食調理経験者が望ましい)
日 月額21万7695円以上。賞与あり
定 若干名 ※1次試験は7月19日
申 7月11日までに同課(必着)
HP 22600568 ※詳細は市HPで確認を

募集 夏の市立保育所アルバイト
【期間】7月～9月の月曜～金曜
【時間】午前8時25分～午後4時40分
【日給】8850円 ※保育士未登録者は7800円
▷交通費実費支給
▷勤務期間は応相談
詳しくは (HP) 49495374
【問合せ】保育所事業課(35・3906)

スポーツ・アウトドア

西宮スポーツセンターの催し

日・内 下表のとおり

からだを知らう☆コグニケア体験会
日・会 ①7月19日(火)の午前9時、11時～…松原体育館▷②7月20日(水)の午前9時半、午後1時～…塩瀬体育館
対 50歳以上 日 各回300円 定 各回①40人、②20人。先着順
申 6月29日午前10時から電話で同センター(73・7581)

水泳教室
日 7月26日(火)～29日(金)、8月1日(月)～5日(金)の午前8時半～
会 樋之池プール
対 小学生 日 各回800円 定 各30人。先着順
申 6月30日午前10時から同プール(70・1932)

遊ぼう屋 里山の昆虫観察会

日 7月23日(土)午前10時～
会 社家郷山キャンプ場
対 小学生以上 日 1人500円
定 20人。多数の場合抽選
申 往復ハガキに催し名、住所、参加者全員の氏名・年齢、電話番号を書き、7月11日(必着)までに甲山自然環境センター(〒662-0001甲山町67番72・0037)

相談

司法書士・弁護士・税理士による相続相談会

日 7月3日(日)午後1時半～
会 市民会館 定 あり
申・問 ウィズ法務司法書士事務所(22・2250)

長生き対策&終活 七夕相談会

日 7月7日(木)午後2時～
会 フレンテホール練習室 定 あり
申・問 相続総合相談センター(0120・640・339)

消費生活センター 7月の相談会

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

消防テレホンサービス
0798-22-9999
7月1日～15日…放火対策について▷16日～31日…熱中症予防について

704 にしごみや 7月分
市広報番組 ケーブルテレビ ベイコム 11ch
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
問 広報課(0798・35・3487)
4日(月)～10日(日)、18日(月・祝)～24日(日) イベントリポート…市内で行われたイベント等をキャスターがスタジオから紹介
11日(月)～17日(日)、25日(月)～31日(日) P R…ドラマ仕立てでの取組や魅力を分かりやすく紹介
4日(月)～31日(日) スポトレ…自宅で簡単にできる運動を紹介

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
問 広報課(0798・35・3402)
※災害時等には随時、緊急情報を放送

西宮徹底解剖 (7月分)
日 第1～4月曜午後8時半から30分間
内 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。7月のテーマは「御台場築造～西宮・今津の砲台」。ゲストティーチャーは市立郷土資料館学芸員の瀬尾晶太さん、中谷真悠香さん、椿原佳恵さん
※放送終了後は、市のホームページ (HP) 54149619 から音声配信あり
ほけんしよ情報広場
日 月曜午後1時から5分間 内 健診(検診)や予防接種、熱中症や禁煙など身近な健康情報を保健所職員が紹介

7/3 保育士就職フェアを開催
西宮市私立保育協会は、保育士就職フェアを開催します。対象は市内の私立保育所や幼保連携型認定こども園で働きたい人です。時間帯や申込など詳しくは、市のホームページでご確認ください。
日 7月3日(日)の午後1時～4時半(3部制) 会 西宮神社会館(社家町)
内容 市内で私立保育所等を運営する27法人の個別ブース等
問 西宮市私立保育協会(0798・39・8344) (HP) 14508696

介護の講演会
知っておきたい介護のこと。ご家族でお気軽ご参加ください。
講演内容:「看取るという事」
講師:池野直美(介護福祉士、認知症ケア指導管理士、介護支援専門員)
開催日時 7月17日(日) 開催時間 14:00～
講演会場 シニアスタイル西宮北口 阪急西宮北口駅から徒歩7分 〒663-8106 西宮市大屋町14-15
ご予約 ※相談会は、ご予約でお食事もお召し上がりいただけます。お問い合わせ TEL 0798-31-2781

介護の個別相談会
認知症との向き合い方 介護施設の選び方
在宅医療が知りたい リハビリの必要性
介護予防について詳しく など…
いつでも、お気軽にお問い合わせください
介護のごとで気になったら相談員は無料相談!