

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 HP 市ホームページ番号 申 申込 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)

## 子供・子育て

### 宮川彬良&アンサンブル・ベガ こどもの日スペシャル♪

日 5月5日(日・祝)午後2時半～  
会 県立芸術文化センター大ホール  
内 家族で楽しむとおきの音楽コンサート 対 3歳以上  
料 2500円。小学生以下1000円  
定 あり  
申・問 同センター (68・0255)

### 「初めての子育てコミュニティ」、 「発達障害を知ろう話そう」

日・内 下表のとおり  
申 ころろ・からだ研究所HP  
問 同研究所 (70・4487)

**初めての子育てコミュニティ M+m cafe**  
日・内 5月9日…0歳児と母親、16日…1歳児と母親。いずれも木曜午前10時～ 会 同研究所(石劔町) 料 1組1000円 定 あり  
**発達障害を知ろう話そう**  
日 5月19日(日)、6月16日(日)の午前10時～ 会 市民交流センター 料 定 あり

### 西宮市貝類館の催し

日・内 下表のとおり  
HP 72780858  
問 同館 (33・4888)

**作ろう!貝類館のたからもの缶バッジ**  
日 5月5日(日・祝)・6日(月・休)の午前11時～正午、午後1時半～午後3時半(受付は3時まで) 対 未就学児は保護者同伴  
料 200円。別途要入館料

### 海をただよう小さな生き物 プランクトンを見てみよう

日 5月18日(土)の午前10時半～午後2時～  
対 小学3年生以上 料 要入館料 定 各7組。  
多数の場合抽選 日 5月6日までに市HP

### 甲子園浜の生きものウォッチング

日 5月26日(日)午後1時半～ 会 甲子園浜  
対 小学生以上。小学生は保護者同伴  
料 100円 定 20人。多数の場合抽選  
申 5月13日までに市HP

### 親子ガラス工房

日 5月18(土)午前10時～  
会 リサイクルプラザ  
対 小学生と保護者  
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、5月4日(消印有効)までに同プラザ(〒662-0934西宮浜3丁目8番22・6655)

### 子育て総合センターの催し

日・内 下表のとおり  
問 同センター (39・1521)

**サロンDE講座**  
～薬剤師さんに聞いてみよう!  
日 5月9日(木)の午前9時45分～10時45分  
内 夏に向けて知っておきたいこと  
対 未就学児と保護者  
**新米ママ、このゆびとまれ!**  
日 6月6日(木)・13日(木)・19日(水)・27日(木)の午後1時半～。4回シリーズ  
対 令和5年(2023年)12月1日以降に生まれた第1子と母親  
定 おおむね10組。多数の場合抽選  
HP 29414596 日 5月7日午後5時までに市HP

### お母さんの休憩タイム～ちょっとのんびりしませんか?

日 5月31日(金)午前10時15分～  
会 男女共同参画センター ウェーブ  
内 子供を預けてグループトーク  
対 おおむね3歳までの子がいる女性  
定 10人。先着順 託 あり  
申 5月8日午前10時からウェブ  
(64・9495)

### 山東ファミリーウィーク

日・内 8月9日(金)～12日(月・休)に  
まが玉作りやアマゴつかみなどの宿泊者向けイベントを実施  
会 山東自然の家(朝来市)  
料・定 あり  
問 同自然の家(079・676・4100)  
※申込は5月2日午前8時から。詳細は同自然の家HP

## 芸術

### 西宮市文化振興財団の催し

日・内 下表のとおり  
問 同財団 (33・3146)

**西宮市民コーラス大会**  
日 5月12日(日)午前11時～ 会 アミティ・ペイコムホール 内 市内合唱グループの発表  
**西宮太鼓フェスティバル**  
日 6月30日(日)午後1時～ 会 アミティ・ペイコムホール 内 和太鼓のコンサート  
料 前売2000円 定 1000人。先着順  
申 5月2日午前10時から市民会館ほか  
**西宮少年合唱団新入団員募集**  
日 小学4年生～中学2年生 会 市民会館  
定 小学生約30人、中学生若干名  
申 5月13日までに同財団HP ※5月19日午前10時から市民会館でテストあり

### 5月のギャラリー

日・内 下表のとおり  
問 文化スポーツ課 (35・3425)  
**ロビーギャラリー @ 市役所本庁舎1階**  
洋画(神領照美さん)※期間は1日～30日  
**ストリートギャラリー @ 札場筋**  
消費者問題啓発作品「デジタル時代に求められる消費者力とは」※期間は1日～31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28日まで  
※展示替えのため鑑賞できない場合あり

### 西宮交響楽団定期演奏会

日 5月6日(月・休) 午後2時～  
会 県立芸術文化センター大ホール  
内 サン＝サーンス・ピアノ協奏曲第5番ほか  
対 3歳以上  
料 1000円 定 あり  
申 同センター HP  
問 同団 (53・4478…青木方)  
※詳細は同センター HP

## 講座・講演会

### 最近よく聞く“心房細動”って怖い病気ですか?

日 5月18日(土)午後2時～  
会 フレンテホール  
定 300人。当日先着順(受付は15分前から)  
問 県立西宮病院 (34・5151)

### 人権学習会 「日常生活に潜むハラスメント」

日 5月24日(金)午後1時半～  
会 若竹生活文化会館  
定 60人。先着順  
申 4月30日午前9時から同館(67・7171)

### 大手前大学・大手前短期大学 「阪神間の100年の歴史」

日 7月13日(土)午前10時～  
内 開場100周年を迎える阪神甲子園球場の歴史と次の100年像  
会 大手前大学さくら夙川キャンパス  
料 1000円  
定 あり  
申・問 同大学 (32・7532)

### 普通救命講習会(e-ラーニング)

日 5月29日(水)午前9時半～  
会 市役所第二庁舎3階  
定 30人。先着順  
HP 53316736  
申 4月29日から市HP  
問 救急課 (38・6577)

### 植物生産研究センターの講座

日・内 下表のとおり  
対 在勤・在学者可  
料 各2500円  
申 5月25日までに同センター(74・5970)  
**きのこクラブ**  
日 6・7月、9月～12月のおおむね火曜午後1時半～(月1回) 会 同センターなど  
内 きのこを育てる体験や観察会など  
定 25人。多数の場合抽選  
**植物バイテクラブ**  
日 6月～11月の木曜午後1時半～(月1回)  
会 花工房など 内 西宮市オリジナル植物の培養実習など 定 20人。多数の場合抽選

### インターカレッジ西宮 心理学レクチャー

日・内 6月11日(火)…行動経済学からナッジ、そして行動政策学へ▷18日(火)…選択における行動の「くせ」を社会に活かす。いずれも午前10時半～。2回シリーズ  
会 大学交流センター  
料 1500円  
定 100人。多数の場合抽選  
申 4月25日～5月21日に同センターHP  
問 同センター (69・3155)

### 6/29～7/6に開催! 西宮市展 作品募集

市と西宮市文化振興財団は、市民ギャラリーで実施する「西宮市展」の作品を募集します。  
内 洋画、日本画、デザイン、書、写真、彫塑・立体、工芸  
対 15歳以上  
料 1点につき2000円(1部門2点以内)  
申 5月17日までに同財団HPから出品申込  
問 同財団 (33・3146)  
※詳細は同財団HP

4月

## 健康づくりコラム

フレイル対策担当者のひとりごと

### ◆ いろいろな食品でフレイル予防!! ◆

フレイルとは、年齢とともに体力や気力が弱まっている状態のことで、特に栄養不足はフレイルを進行させるため、注意が必要です。早めに気づいて対策することで、健康な状態に改善することができます!

フレイル予防には、いろいろな食品を食べることが大切です。年齢とともに筋肉量が減って、体が動かしにくくなったり、転倒や骨折することを防ぐために、たんぱく質の多い食品(肉、魚、卵、大豆製品など)を意識して摂りましょう。たんぱく質は丈夫な体の元となります。例えば、ごはんに納豆を追加してみたり、みそ汁を豚汁にしてみるのもいいですね。栄養バランスを意識してフレイルを予防しましょう!!



巽主事

問 健康増進課 (0798・26・3157)

### 5/2(木)～7/15(月・祝) 没後60年 洋画家・辻愛造

風景・風俗・挿絵

西宮市大谷記念美術館は、洋画家 辻愛造の回顧展を開催します。「風景画」「風俗画」「挿絵」「関連の画家」の4章で構成し、約130点の作品を展示します。

講演会 懐古されるモダン都市景観の系譜  
～辻愛造<大阪懐古風景>を中心に

ワークショップ、解説講座等も開催。詳細は同館HP

【日時】5月19日(日)午後2時～ 【対象】小学生以上 【定員】あり  
【講師】大阪大学名誉教授 橋爪節也氏 【申込】電話で同館

開館時間: 午前10時～午後5時(入館は4時半まで)。水曜休館  
入館料: 1200円。高校・大学生600円、小・中学生400円。  
※市内在住者は証明書提示で1000円(65歳以上は600円)

問 西宮市大谷記念美術館 (0798・33・0164)

認知症サポーター養成講座

日 5月29日(水)午後1時半～
会 総合福祉センター
対 在勤・在学者可 定 30人。先着順
申 4月25日午前10時から西宮市社会福祉協議会 (23・1140)

知って得する消費生活講座

日 6月13日(木)午後2時～
会 山口公民館
内 相続に関する法律知識を学ぼう～不動産登記・遺言・贈与
対 在勤・在学者可
定 40人。先着順
申 5月1日午前8時45分から消費生活センター (69・3157)

催し

ブックフェア「おでかけ・おまいり神社仏閣」

日 5月22日(水)までの午前9時半～午後7時(土・日曜、祝・休日は6時)。月曜(4月29日、5月6日を除く)、4月30日、5月2・7日休館
会 鳴尾図書館
問 同館 (45・5003)

児童福祉週間関連事業「にしのみやなぞ解きウォーク」

日 5月5日(日・祝)午前10時～
内 なぞ解きマップをもとに市立郷土資料館、西宮神社、海清寺などを巡る
対 小学生を含む家族
定 50組。当日先着順(受付は午前10時から)
HP 92753353
問 同館 (33・1298)

フレンテホールの催し

日・内 下表のとおり
定 あり 申 同ホールHP
問 同ホール (32・8660)

セバスチアンの音楽室
日 5月11日(土)・25日(土)の午前11時～
内 ショパンにまつわるエトセトラ
対 おおむね小学4年生以上 定 各1000円
FCS25 笑顔でレセ活!レセブシヨニスト講座
日 5月15日(水)・20日(月)の午後7時～
...講座▷6月1日(土)午後1時半、2日(日)午前9時半～...実践 対 高校生以上
定 1000円
おんべび! Music for Babies
日 5月17日(金)午後1時～ 内 子育てと音楽のホントの関係 対 3歳以下の未就園児と保護者 定 1組1500円

スペイン語おしゃべりの会

日 5月26日(日)午後2時～
会 西宮市国際交流協会
対 スペイン語を理解できる人
定 25人。先着順
申 5月8日から同協会HP
問 同協会 (32・8680)

JR150年の沿線から、2025年、市制100年 西宮まちなみ再発見のあるき旅

日 5月12日(日)午前9時半にJRさくら夙川駅集合
内 JRさくら夙川駅～マンボウ2カ所～JR甲子園口駅(約5km)
対 小学生以上。小学生は保護者同伴
定 500円 定 あり
申・問 西宮まちなみ発見倶楽部 (080・6224・0560)

おろいちマルシェ

日 5月12日(日)の午前11時～午後3時
会 西宮地方卸売市場
内 食品やハンドメイド作品の販売、キッチンカーなど
問 同市場 (33・0810)

老人クラブ連合会の催し

日・内 下表のとおり
会 総合福祉センター 対 60歳以上
申 往復ハガキに催し名、住所・氏名・年齢・電話番号を書き、5月8日(②は15日。消印有効)までに同会(〒662-0913染殿町8-17 ☎34・3334)

①うたごえ喫茶
日 5月29日(水)午後1時半～ 定 800円
定 32人。多数の場合抽選
②カラオケ教室
日 6月7・14・21日。いずれも金曜午後1時～。3回シリーズ
定 1500円 定 50人。多数の場合抽選

スポーツ・アウトドア

県立総合体育館の催し

日・内 下表のとおり
申・問 同館 (43・1143)

気軽に楽しくフィットネス
日 4月30日(火)、5月7日(火)の午前11時45分～ 対 18歳以上 定 各500円 定 あり
すこやかエクササイズ
日 5月8日(水)・15日(水)の午前10時半～ 対 18歳以上 定 各500円 定 あり
親子安全講習
日 5月19日(日)午後1時半～ 対 小学生以下と保護者 定 1組500円 定 30組。先着順
申 4月25日午前9時から同館

公園でゆったりヨガ♪ プラス パークヨーガ

日 5月1・15日、6月5・19日。いずれも水曜午前10時～
会 甲山森林公園 対 18歳以上
定 各2000円 定 あり
申・問 同公園管理事務所 (73・4600)

たのしい野遊びin甲山

日 5月25日(土)午前10時～
会 甲山森林公園
定 200円
定 40人。先着順
申 5月7日午前9時半から電話でコープこうべ第2地区本部 (67・8927)

みんなで一緒に運動しよう!!

日・会 5月9日～6月27日の木曜午後5時～...松原体育館。8回シリーズ▷5月22日～7月24日の水曜午後5時15分～...中央体育館分館。10回シリーズ
内 パラスポーツ・レクリエーションなど
対 小学生以上 定 あり
申 西宮スポーツセンター HP
問 松原体育館 (33・3878)、中央体育館分館 (67・0771)

遊ぼう屋 甲山材の循環利用とウッドチップ作り

日 5月11日(土)午前10時～
会 甲山キャンプ場 対 小学生以上
定 500円
定 20人。多数の場合抽選
申 4月29日までに甲山自然環境センター HP
問 同センター (72・0037)

健康・福祉

玉木幸則 講演会×グループトーク

日 5月18日(土)午後1時～
会 総合福祉センター
対 30歳以下の車いすを使用している人 定 あり
申・問 メインストリーム協会 (66・5122)

心を病む人の家族の会

日 5月25日(土)午後1時半～
会 中央公民館 内 懇談、相談
申・問 西宮家族会 (090・8207・4388)

人事募集

市立保育所の会計年度任用職員

内 下表のとおり
問 保育所事業課 (35・3906)
保育士(会計年度任用職員B)
内 月曜～金曜の午前8時25分～午後4時55分 対 保育士登録者 定 月額20万2860円以上。賞与あり 定 25568861
夏の市立保育所アルバイト
内 7月～9月の数週間から数カ月。月曜～金曜の午前8時25分～午後4時40分
定 8400円(保育士登録者は9000円)
定 80人程度。多数の場合選考 定 49495374
申 所定の申込書等を5月31日(必着)までに同課(市役所本庁舎7階)へ。申込書は同課や市HPで入手可
※詳細は市HP

市立北山学園 パート言語聴覚士

内 令和7年(2025年)3月末までの発達・知的障害児の言語療法訓練(更新あり)。月曜～金曜のうち週4日の午前9時半～午後3時
対 言語聴覚士資格取得者
定 1時間1800円以上
申・問 同学園 (71・8027)

相談

消費生活センター 5月の相談会

日 14日(火)・28日(火)の午後1時～4時
内 借金(多重債務)相談。1組1時間以内。司法書士が対応
定 あり
申・問 同センター (64・0999)

助産師による妊産婦さんと乳児の子育て相談

日 5月8日(水)の午後1時～3時、25日(土)の午前10時～正午
会 オンラインか電話での相談
定 あり
申 西宮市助産師会HP
問 同会(090・1158・7075...森田方)

おクスリ相談会

日 5月11日(土)・25日(土)の午後2時～4時
会 武庫川女子大学浜甲子園キャンパス
内 お薬相談、健康測定、脳活トレーニング等
問 西宮市薬剤師会 (26・3410)

5月の害虫相談会

日・会 15日(水)・・・コープ苦楽園店、16日(木)・・・コープマリナパーク、22日(水)コープ甲東園店。いずれも午前10時～午後3時 ※雨天中止の場合あり
問 環境衛生課 (35・0002)

外国人のための法律相談会

日 5月19日(日)の午後1時～4時
会 西宮市国際交流協会
内 法律・在留資格・生活相談など
定 あり
申・問 同協会 (32・8680)

消防テレホンサービス
0798-22-9999
5月1日～10日...119番の適正利用
▷11日～20日...住宅用火災警報器の設置▷21日～31日...熱中症予防

704 にしのみや
市広報番組
ケーブルテレビ
ベイコム 11ch
5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
問 広報課 (0798・35・3487)
6日(月・休)～12日(日)、20日(月)～26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
13日(月)～19日(日)、27日(月)～6月2日(日)
PR...ドラマ仕立てで市の取組や魅力を分かりやすく紹介
6日(月・休)～6月2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

西宮彩発見(5月)

日 第1～4金曜午後6時から45分間
内 西宮を彩るさまざまな魅力に再び出会える話題をお届け。市のホームページ(HP)43942696から音声配信あり

3日...西宮の神社仏閣と石造美術
市立郷土資料館館長 俵谷和子さん
10日...「阪神西宮駅」の歴史を深堀り
武庫川女子大学名誉教授 丸山健夫さん
17日...西宮の民俗行事「田植え」
民俗学研究者 西尾嘉美さん
24日...「和ろうそく」について
松本商店 松本恭和さん

News Boxにしのみや

日 月曜～木曜の午前8時から約5分間(再放送は午後6時から)
内 最新の市政情報などをニュース形式で紹介

5/19 幼稚園教諭就職フェアを開催
西宮市私立幼稚園連合会は、幼稚園教諭就職フェアを開催します。対象は市内の私立幼稚園や幼稚園型認定こども園で働きたい人です。詳しくは同連合会ホームページでご確認ください。
日時 5月19日(日)の午後1時～4時
会場 西宮神社会館
内容 市内で幼稚園・認定こども園を運営する39法人の個別ブース等
問 西宮市私立幼稚園連合会 (0798・51・0638...くるみ幼稚園内)