

「Try it in English! (英語でやってみませんか)」

回	月日	曜日	時間	内容	講師
1	10/30	土	午後1時30分 ~ 3時30分	ギターに合わせて ビートルズ・カーペンターズ他を 英語で歌う	スポークン市からの英語指導助手 John Scheunemann
2	11/6		午前10時30分 ~ 午後0時30分	アメリカの家庭の味、 パンプキンパイを 英語で作る	スポークン市からの英語指導助手 Mary Naber

対象・定員 市内在住の高校生以上の方・先着30人(2回とも参加可能な方)
受講料 700円(材料費500円を含む)

「大掃除の季節に~暮らしの知恵満載です!」

回	月日	曜日	時間	内容	講師
1	11/24	水	午前10時 ~ 正午	身近な物を使った収納術と インテリアコーディネート術で すっきりおしゃれな部屋にしませんか	住まいのトータルアドバイザー 品田 明子
2	12/1			とろとろ石けんで ピカピカのキッチン・浴室に、 体を温める冬の食事なども提案	自然派生活塾・なちゆるら本舗主宰 うえき めぐみ

対象・定員 市内在住の成人の方・先着40人(2回とも参加可能な方)
受講料 200円

「ゆかいなクリスマスを創ろう」

回	月日	曜日	時間	内容	講師
1	12/11	土	午前10時 ~ 正午	大人も子どもも楽しめる カード作りとエプロンシアター	絵本研究家 鳥屋尾 悦子

対象・定員 市内在住の親子(幼稚園~小学3年生)・先着40組
(小2・小3は子どもだけの参加可)

受講料 1組300円(材料費のみ)

持ち物 はさみ、ホッチキス、木工用ボンド、つまようじ数本、黒サインペン、
赤・青色鉛筆 カードの見本は西宮浜公民館受付に10/1より展示します。



「ウォーキングを正しく、美しく」

回	月日	曜日	時間	内容	講師
1	11/11	木	午前10時 ~ 11時30分	正しい姿勢を学び、 整体体操で体のゆがみを改善する ウォーキングストレッチで代謝をあげ、 そして美しいウォーキングを	スタジオKiki(美しい歩き方)主宰 馬場 久美子
2	11/18				

対象・定員 市内在住の成人の方・40人(2回とも参加可能な方)
受講料 200円

託児 2歳以上の幼児(10/20現在)12人程度

当日はトレパン等、体を動かせる服装(くつは運動靴)でお越し下さい。

申込み 往復ハガキに 住所 氏名 電話番号 託児希望者は子どもの名前、
生年月日を明記のうえ、郵送で

〒663 8204 西宮市高松町4 8 西宮市立中央公民館内

「西宮浜公民館講座(ウォーキング)係」まで

申込締切 10月20日(水)必着、申込多数の場合は抽選し、
ハガキで通知

西宮浜公民館講座

今年も西宮浜公民館でとても楽しい講座を開催します。
みなさま、どうぞお気軽にお申込み・ご参加下さい。
主催・問合せ
西宮市立中央公民館 ☎0798)67 1567

各講座の

会場 西宮浜公民館(西宮市西宮浜4丁目13-1)

阪神西宮駅よりバス

「マリナパーク南」下車北すぐ

「ウォーキング」以外の左記3講座の

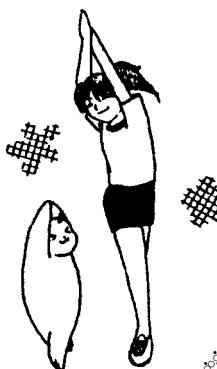
申込み 西宮浜公民館へ(電話または窓口で)

☎0798)64 2002

申込開始 9月29日(水)から。

(受付時間は平日の

午前9:00~午後5:15)



ボランテニアは
したいけど...

養成講座

プレーリーダー体験講座

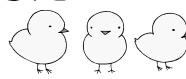
第1回	10月9日(土)『子どもと遊びを考える』 時間 午後2時~4時 会場 男女共同参画センター ウェーブ
第2回	10月16日(土)『プレーパークで子どもと遊ぼう!』 時間 午前10時~午後4時 会場 久保町国有地



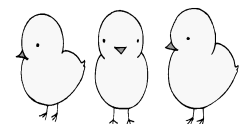
受講料 無料
講師 にしのみや遊び場つくる会
プレーリーダー
対象 高校生以上
申込み 中央公民館で受付(電話可)
主催・問合せ 中央公民館
☎0798)67 1567

遊びの先輩
大集合!

託児ボランティア・一時保育サポーター



養成講座



この講座は、主催講座等で託児をしていただける方を
ボランティアとして、活躍できるように養成するものです。

回	月日	曜日	内容	講師
1	11/2	火	一時保育者の心構え	NPO法人SEAN 遠矢 家永子
2	11/9		遊びをおぼえましょう	西宮市社会体育リーダーバンク
3	11/16		楽しい絵本の読みかせ	劇団うりんこ元劇団員 阪本 みずほ

時間 1回目 午前10時~正午、 2・3回目 午前10時~11時30分
会場 西宮市男女共同参画センター ウェーブ(プレラにしのみや4階)

対象・定員 市内在住・在学・在勤者 30人

受講料 無料

申込方法

往復ハガキに 住所、氏名、年齢、生年月日、電話番号
を明記のうえ、郵送でお申し込みください。

*ウェブ窓口でも受付可(返信用ハガキが必要)

申込先 〒663 8204 西宮市高松町4 8

西宮市男女共同参画センターウェーブ

「託児ボランティア・一時保育サポーター」係

申込締切 10月12日(火)必着 応募者多数の場合は抽選し、ハガキで通知

主催・問合せ 西宮市男女共同参画センター ウェーブ ☎0798)64 9495

西宮市立中央公民館 ☎0798)67 1567

要約筆記通訳者養成講座

日時 10月7日~12月16日
(毎週木曜日 全11回)
午後1時30分~4時30分
会場 中央公民館
講師 西宮市聴力言語障害者協会難聴部
要約筆記サークル「西宮ペンの会」
対象 市内在住・在勤・在学者
定員 20人(先着順)
受講料 無料
申込み 9月29日(水)午前9時から
中央公民館で受付開始
(来館・電話申込みとも可)
主催・問合せ 中央公民館
☎0798)67 1567

速く
上手に
伝えよう!

要約筆記通訳とは、聴力
に障害がある方のために、
講演会や会議などの話の要

点をその場で書いて伝える
ことです。

福祉ボランティア
募集「西宮青年生活学級」

自分さがし、
仲間づくり
しませんか!

知的ハンディキャッ
プをもった青年を対象
に、毎月1回(原則第
3日曜日)集まって、
ゲームやハイキング、
バスツアーなどをお手
伝いしてもらいます。
問合せ
中央公民館
☎0798)67
1567