

# こども科学フェア

日時 3月18日(日) 午前10時～午後3時  
会場 中央公民館 プレラにしのみや6階  
講師 NPO法人・環境21の会

## 自然エネルギーコーナー

実験コーナー  
自然エネルギー発電の実験  
太陽光・水力・風力・燃料電池などでためてみよう

## ミニセミナーパネル展示クイズ

ミニセミナー  
パネル展示 クイズ

## 省エネと森林・炭・ケナフコーナー

実験コーナー  
\*ラジカセや携帯電話の待機電力ってどのくらいだろう?  
\*電気ポットやヘアードライヤーの電力は?  
\*白熱灯と蛍光灯どっちが省エネ?

## 手づくりオルゴール作成コーナー

オリジナルデザインの太陽光で動く  
オルゴールづくりに挑戦!

時間 ①午前10時～11時30分 ②午後1時～2時30分  
対象・定員 小学4年生～中学生 各回15人  
材料費 500円  
申込方法 往復ハガキに希望時間(①か②)、住所、氏名、年齢、電話番号を明記のうえ郵送  
申込先 〒663-8204 西宮市高松町4-8 西宮市立中央公民館「オルゴール」係  
申込締切 2月28日(水)必着 ※定員超過の場合は抽選とし、結果をハガキで通知  
問合せ 中央公民館 ☎(0798)67-1567

## 青年講座 (春期)

### 【A:姿勢プラス体験講座】

回	月日	曜日	時間
1	2/28		19:30 ～21:30 ※5回連続講座
2	3/7		
3	3/14	水	
4	3/21		
5	3/28		

姿勢プラスってなに?姿勢ってどんなふうになるの?姿勢プラスでは、カラダの余分な緊張を開放し、『骨盤のゆがみ』『顔のゆがみ』『プロポーションのゆがみ』を改善します。じっくりと“カラダの声”を聴き、バランスよく姿勢を整えてみましょう。

### 【B:脳トレーニング講座】

回	月日	曜日	時間
1	3/2		19:30 ～21:00 ※3回連続講座
2	3/16	金	
3	3/30		

『脳のトレーニング』といってもその方法は様々です。この講座では、メンタル・ビジョン・右脳開発を軸に脳のトレーニングを行います。脳を鍛えて、なりたい自分に近づきましょう。

講師 【Aコース】国際姿勢協会 エグゼクティブインストラクター 松栄 勲  
【Bコース】イブラスジム芦屋 認定トレーナー 和田 錫彦  
会場 中央公民館  
対象・定員 おおむね35歳位までの市内在住・在勤・在学者  
Aコース20人、Bコース30人  
受講料 Aコース500円、Bコース300円  
申込方法 往復ハガキに、住所 氏名 年齢 電話番号 希望コース名を明記のうえ、郵送  
申込先 〒663 8204 西宮市高松町4-8 西宮市立中央公民館「青年講座」係  
申込締切 2月21日(水)必着  
定員超過の場合は抽選とし、結果をハガキで通知  
問合せ 中央公民館 ☎(0798)67-1567

## 公民館活動の推進委員会の講座案内

- 中央公民館** 西宮の祭礼からのだんじり 講師 郷土資料館学芸員・細木ひとみ、3月20日午後1時半～3時半
- 鳴尾東公民館** 快適な部屋づくり 講師 色彩コーディネーター・真田学美、2月22日午後1時半～3時
- 南甲子園公民館** 防犯教室「地域を安全に住みやすくするためには」 講師 甲子園警察署地域課・渋谷寛、3月12日午前10時～正午 要申込
- 今津公民館** 歴史物語にしのみや 講師 白鹿記念酒蔵博物館研究員・山下忠男、2月17日午前10時～正午
- 山口公民館** 着物着付けと帯結び 講師 着物着付け師 藤木喜代子、2月24日午後1時～4時 要申込
- 上甲子園公民館** 効果的ながるウォーキング やつつける体脂肪 講師 日本ウォーキング協会指導者・長谷川麗子、2月20日午後1時半～3時 上甲子園センターで 要申込
- 大社公民館** 時事講座「いま、気になる政治経済の諸課題」 講師 営経済評論家・泉和幸、3月6日午後1時半～3時半
- 甲東公民館** 認知症のはなし 講師 北口保健福祉センター保健師・小巻京子、3月7日午前10時～11時半
- 塩瀬公民館** 環境にやさしいお買物手帳を作ろう 講師 消費生活アドバイザー・岡田保香、2月22日午後1時半～3時
- 夙川公民館** 世界遺産と世界の秘境「旧ユーゴとバルカン諸国の風景」 講師 甲南高校教諭(冒険家)・南里章一、3月11日午後1時半～3時
- 浜脇公民館** 地域に見る日本経済の課題 講師 神戸新聞経済部記者・藤井洋一、2月23日午後1時半～3時半
- 用海公民館** 思春期の心とからだの変化に寄り添うために「性被害も防ぐ性の健康教育」 講師 思春期保健相談士・徳永桂子、2月27日午前10時～正午
- 学文公民館** ヨドコウ迎賓館と谷崎潤一郎記念館の見学 講師 2月28日午後1時～4時半、小曾根線ミドリ電化前に集合 要申込
- 若竹公民館** よいしょ節を謡いましょう 講師 よいしょ節指導者・山田俊弘、2月15日午後7時～8時半
- 瓦木公民館** 家のまわりの害虫の知識 講師 市環境衛生課職員、3月5日午前10時～11時半
- 段上公民館** ラクラク体操「だれでもできるやさしい健康運動」 講師 TDA・JAF A公認インストラクター・山田雅代、3月6日午後3時～4時半
- 高須公民館** カラオケ教室「歌って弾んで心も軽やか」 講師 カラオケ指導者・可世木加代子、2月22日午後1時半～3時半 要申込
- 神原公民館** 彫金でファッションリングを創ろう 講師 彫金教室主宰・加納正一、3月7・14日午前10時～正午 要申込
- 越木岩公民館** 古典芸能「日本舞踊と長割」 講師 あしや喜楽苑参与・小玉文吾、3月5日午前10時～正午

名称	住所	電話番号
中央	高松町4-8	67-1567 部屋予約専用電話 67-9597
鳴尾	鳴尾町1丁目8-2	47-3838
鳴尾東	東鳴尾町1丁目9-1	49-1300
南甲子園	甲子園九番町15-40	49-4741
今津	今津水波町9-28	22-3529
山口	山口町下山口4丁目3-8	(078) 904-0287
上甲子園	甲子園口3丁目9-26	67-4329
大社	柳本町1-37	71-3649
甲東	上甲東園2丁目11-60	51-3748
塩瀬	名塩新町1番地	(0797) 61-0321
春風	甲子園春風町2-21	33-1123
夙川	羽衣町1-39	33-1928
浜脇	浜脇町5-14	26-0656
用海	石在町10-21	26-0532
学文	学文殿町2丁目4-24	41-6050
若竹	西福町15-12	67-7171
瓦木	瓦林町8-1	65-0660
段上	段上町2丁目10-3	53-0931
高須	高須町2丁目1-35	49-1312
神原	神原6-11	71-7444
越木岩	樋之池町5-29	72-7521
高木	高木東町15-10	65-1569
上ヶ原	六軒町1-32	72-7286
西宮浜	西宮浜4丁目13-1	34-2002

上記講座の主催は、各公民館活動推進委員会、館区内在住者優先の講座もありますので、詳細・申込みについては、各公民館(公民館所在地・電話番号は、左記「見参照」)へお問合せください。

公民館グループの  
**会員募集**

- 【南甲子園公民館】ローズダンスグループ (社交ダンス) 第1～4金、午後0時半～。◎福田正明 ☎46・8043
- 【上甲子園公民館】リフォーム洋裁1組 第1～3水、午後1時～。◎五百川実子 ☎40・4879 陶和会(作陶) 第2・4水、午前9時～。◎中馬剛 ☎65・5716
- 【大社公民館】大社習字グループ 第1～3日、午後1時～。◎北出一子 ☎53・8406 西宮スクエアダンスクラブ 第1～4土、午後7時～。◎書道サークルまどか 第
- 【甲東公民館】甲東絵画グループ 第2・4水、午後0時半～。◎長谷川哲之助 ☎51・2019 梅華グループ(かな書道) 第1・3水、午前9時半～。◎阿部斐子 ☎52・3071
- 【塩瀬公民館】エリガンスサークル(手編) 第2・4土、午後0時半～。◎金谷撰津子 ☎797・84・1201
- 【春風公民館】日曜練習会イン春風(社交ダンス) 第1～4日、午後1時～。◎植山光明 ☎41・1071
- 【夙川公民館】青陶会(陶芸) 第1木、午前9時半～。第3木、午後1時～。◎小神昌子 ☎36・0090
- 西宮市夙川中国語同好会 第1・3・4月、午後5時半～。◎木村陽子 ☎74・0041
- ポテトチップス(親子体操) 第1～3木、午前9時半～。◎大桐さゆり ☎36・1050
- ウッドクラフト夙川(木工) 第1・3月、午後0時半～。◎中中英夫 ☎72・0911
- 夙川料理グループ 第3木、午前10時～。◎中村貴代子 ☎34・7419
- 夙川夜間着付グループ 第1～3木、午後6時半～。◎滝上ナチ子 ☎33・0074
- 【浜脇公民館】浜脇社交ダンスグループ 第1～4金、午後7時半～。◎水川瑛子 ☎22・9329
- 【用海公民館】書道サークルまどか 第
- ◎青木宣夫 ☎45・1496
- ◎浜口久仁子 ☎34・0082
- ◎4金、午後5時半～。
- ◎シャルウィダンス(社交ダンス) 第1～4日、午後0時半～。◎東田勝美 ☎34・7356
- ◎【学文公民館】ポツポツちゃん親子教室(母と子の仲間作り) 第1・2・4金、午前9時～。◎西岡真理 ☎41・9789
- ◎【若竹公民館】フレッシュクラブ(ジャズダンス) 第1～4金、午後1時～。大人と子ども部あり。◎安部啓子 ☎90・6737・3429
- ◎【段上公民館】段上着物着付グループ 第1～4木、午前9時半～。◎朝田ことえ ☎52・0400
- ◎Angel Yawn (ハンドベル) 第1・2・4木、午前9時半～。◎井恵子 ☎51・4133
- ◎【高須公民館】うたごえサークル「あおいそら」(唱歌・童謡など) 第1・3日、午前10時～。◎浜本道子 ☎48・2625
- ◎【越木岩公民館】ダンスサークル フラミンゴ(社交ダンス) 第1～4金、午後7時～。◎伊藤直子 ☎71・6505
- ◎【上ヶ原公民館】雅びの会(茶道) 第1・3月、午前9時～。◎神戸八重子 ☎51・7540
- ◎【西宮浜公民館】マーマイド社交ダンス 第1～4水、午後1時～。◎佐野キヨ子 ☎22・5127
- ◎ストレッチ体操シググループ 第1～4金、午後1時～。◎渡辺代 ☎35・2872