

この春、スポーツ始めませんか

西宮スポーツセンターなどで様々な教室開催

西宮スポーツセンター(河原町1-24)は、各種教室の参加者を募集しています。入会金・年会費は不要です。また、各公園で硬式テニス教室、各体育館で様々な教室(下表参照)を開催しています。みなさん、いろいろなスポーツにチャレンジしてみてください。

教室により体験レッスンを受講できます。詳しくは同センターへ問合せを。

マシンジムやゴルフ練習場の利用

同センターにはマシンジムとゴルフ練習場があり、いずれも1回500円で、午前10時から午後9時(日曜・祝日は5時)まで利用できます。第4月曜休み。

マシンジムやゴルフ練習場の利用

午後7時、水・金曜午後2時から、ステップエアロ：水曜午前10時半、木曜午後7時45分から、らくらく健康体操：水曜午前10時半から、エアロピクス：水曜午後1時、土曜午前10時から、リフレッシュ&シェイプ：木曜午前10時から、気功：木曜午後1時から、ヘルシートレーニング：木曜午後6時半から、ビョウテイ・ウォーク・プロジェクト：金曜午前10時から、ストリートダンス：金曜午後7時から、社交ダンス：土曜午前10時(初級)・11時15分(中級)から、スポーツチャンバラ：土曜午後6時(小学生対象)・7時半から(近日常習の教室)

西宮スポーツセンターで各種教室を開催

各教室とも月4回開催。月謝制、定員あり。申込は西宮スポーツセンターへ来て館を(電話申込み不可)。

《随時受付中の教室》

ソフトジャズダンス：火曜午前10時から、ピラティス：火曜午前10時から、太極拳：火曜午後1時、金曜午前10時から、ヨガ：火曜午前11時から

●無料体験レッスン

同センターの教室で無料体験レッスンを開催します。いずれも開始15分前から受付(先着順)。上履き持参。ピョウテター・ウォーク・プロジェクト：3月23日午前10時から。対象は女性。定員15人。太極拳：3月27日午後1時から。定員20人。ヨガ：3月27日午後7時から。定員20人。

各公園で開催 硬式テニス教室

受講料は各クラス月額4000円から6000円。定員10人(ジュニアクラスは12人)。日時など問合せは各公園管理事務所へ。

《会場・開講クラス》

榑之池公園 0798・70・1932：入門・初級

中級・ジュニアクラス

鳴尾浜臨海公園 0798・

体育館で開催の短期制教室

受講期間はおおむね4月～7月。要受講料。定員あり。申込は受付日時に参加を希望する体育館へ来館を。多数の場合抽選(在住・在勤者優先)。詳しくは各館へ問合せを。

教室名	開始時間	対象	受付日時
今津体育館 ☎0798-48-4828			
幼児体操(火)	15:00	4歳児	3/24 13:00
幼児体操(火)	16:00	5歳児	3/24 15:00
幼児体操(金)	15:00	4歳児	3/24 14:00
幼児体操(金)	16:00	5歳児	3/24 16:00
小学生体操(木)	16:00	小学1・2年生	3/25 10:00
基礎クォーターテニス(金)	11:15	一般	3/23 13:00
エアロピクス(木)	11:00	一般	3/22 10:00
鳴尾体育館 ☎0798-46-1333			
幼児体操(木)	15:00	4歳児	3/28 10:00
幼児体操(木)	16:00	5歳児	3/28 11:00
小学生体操(金)	16:00	小学1・2年生	3/23 15:00
リフレッシュ&シェイプ(水)	13:00	一般	3/14 11:00
甲武体育館 ☎0798-52-5293			
幼児体操(水)	15:00	4歳児	3/25 10:00
幼児体操(水)	16:00	5歳児	3/25 13:00
幼児体操(木)	15:00	4歳児	3/25 11:00
幼児体操(木)	16:00	5歳児	3/25 14:00
小学生体操(火)	16:00	小学1・2年生	3/25 15:00
リフレッシュ&シェイプ(火)	9:00	一般	3/24 13:00
リフレッシュ&シェイプ(火)	10:00	一般	3/24 14:00
基礎クォーターテニス(木)	11:15	一般	3/24 15:00
北夙川体育館 ☎0798-70-2222			
幼児体操(木)	15:00	4歳児	3/25 10:00
幼児体操(木)	16:00	5歳児	3/25 13:00
幼児体操(金)	15:00	4歳児	3/25 11:00
幼児体操(金)	16:00	5歳児	3/25 14:00
小学生体操(土)	11:00	小学1・2年生	3/24 13:00
基礎クォーターテニス(水)	11:15	一般	3/24 14:00
流通東体育館 ☎078-903-3801			
幼児体操(水)	15:00	4歳児	3/24 10:00
幼児体操(金)	15:00	5歳児	3/24 11:00
小学生体操(水)	16:00	小学1・2年生	3/24 13:00
小学生体操(金)	16:00	小学1・2年生	3/24 14:00
塩瀬体育館 ☎0797-62-2565			
幼児体操(火)	15:00	4歳児	3/17 13:00
幼児体操(火)	16:00	5歳児	3/17 15:00
幼児体操(木)	15:00	4歳児	3/17 14:00
幼児体操(木)	16:00	5歳児	3/17 16:00
小学生体操(土)	11:00	小学1・2年生	3/24 12:00
基礎クォーターテニス(木)	11:15	一般	3/24 14:00

「幼児体操」の4歳児=平成14年4月2日～15年4月1日生まれ、5歳児=平成13年4月2日～14年4月1日生まれ

体育館で開催の通年制教室

受講期間は4月～来年3月。月謝制。定員あり。申込は3月10日～20日の午前9時～午後5時に、参加を希望する体育館へ来館を。申込教室1つにつき1枚のハガキを持参。多数の場合抽選(在住・在勤者優先)。結果はハガキで通知。

詳しくは各館へ問合せを。

教室名	開始時間	対象
中央体育館 ☎0798-74-0720		
ミニバスケットボール(火)	17:15	小学4年～6年
中央体育館 分館 ☎0798-67-0771		
親子でリフレッシュ(水)	9:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(水)	10:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(木)	11:00	2・3歳児と保護者
GENKI!げんき!体操(水)	11:15	60歳以上
今津体育館 ☎0798-48-4828		
親子でリフレッシュ(火)	11:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(火)	12:00	2・3歳児と保護者
小学生スポーツ(土)	11:15	小学3年～6年
ミニバスケットボール(木)	17:15	小学4年～6年
リフレッシュ&シェイプ(火)	10:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(木)	12:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(金)	10:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(土)	10:00	一般
鳴尾体育館 ☎0798-46-1333		
親子でリフレッシュ(水)	15:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(水)	16:00	2・3歳児と保護者
小学生バレーボール(水)	17:15	小学4年～6年
ミニバスケットボール(金)	17:15	小学4年～6年
リフレッシュ&シェイプ(木)	9:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(木)	10:00	一般
GENKI!げんき!体操(木)	13:15	60歳以上
GENKI!げんき!体操(金)	11:15	60歳以上

教室名	開始時間	対象
甲武体育館 ☎0798-52-5293		
親子でリフレッシュ(火)	15:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(水)	11:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(水)	12:00	2・3歳児と保護者
小学生スポーツ(土)	11:15	小学3年～6年
小学生バレーボール(水)	17:15	小学4年～6年
ミニバスケットボール(木)	17:15	小学4年～6年
リフレッシュ&シェイプ(水)	10:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(土)	10:00	一般
北夙川体育館 ☎0798-70-2222		
親子でリフレッシュ(木)	11:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(木)	12:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(金)	11:00	2・3歳児と保護者
小学生スポーツ(水)	15:30	小学3年～6年
ミニバスケットボール(木)	17:15	小学4年～6年
リフレッシュ&シェイプ(火)	10:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(水)	9:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(水)	10:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(金)	9:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(金)	10:00	一般
流通東体育館 ☎078-903-3801		
親子でリフレッシュ(水)	9:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(水)	10:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(金)	11:00	2・3歳児と保護者
ミニバスケットボール(金)	17:15	小学4年～6年
リフレッシュ&シェイプ(木)	10:00	一般
塩瀬体育館 ☎0797-62-2565		
親子でリフレッシュ(火)	9:00	2・3歳児と保護者
親子でリフレッシュ(火)	10:00	2・3歳児と保護者
小学生スポーツ(土)	9:15	小学3年～6年
リフレッシュ&シェイプ(水)	11:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(水)	12:00	一般
リフレッシュ&シェイプ(木)	10:00	一般
GENKI!げんき!体操(水)	13:15	60歳以上

「親子でリフレッシュ」の2・3歳児=平成15年4月2日～17年4月1日生まれ

430200)：入門・初級・中級・ジュニアクラス
 浜甲子園運動公園0798・43・8787)：入門・初級・中級・ジュニアクラス
 流通東公園078・903・3801)：初級・ジュニアクラス
 公園0797・62225
 65)：初級・中級・トナメント・ジュニアクラス

◇市民ファミリーハイキング3月例会
 18日午前10時にJR武田尾駅に集合。廃線コースを歩いてJR西宮名塩駅へ。約6km。懐中電灯・弁当など持参。雨天中止。問合せは中央体育館(0798・74・0720)へ。

市から



「先天性血液凝固因子障害等医療受給者証」

継続申請は30日までに

市は、有効期限が平成19年3月31日までの「先天性血液凝固因子障害等医療受給者証」の継続申請を受け付けています。申請がまだの人は、3月30日までに保健所健康増進課(江上町3-26)☎0798・26・3669)で手続きを。

「西宮市国民保護計画(素案)」についての意見募集の結果を公表

市は、「西宮市国民保護計画(素案)」に対する公募意見の概要と市の見解をまとめ、次の場所へ配布しています。今後、皆さんからいただいた貴重なご意見を参考に同計画を策定し、公表します。

問合せは安全・安心対策グループ(0798・35・3395)へ。

【配布場所】同グループ(市役所本庁舎4階)市役所本庁舎1階総合案内所横各支所・市民サービスセンター、アクタ西宮ステーション 市のホームページ(アドレスはページ下参照)にも掲載しています

海外姉妹・友好都市の紹介パンフレットを作成

友好都市を紹介したパンフレット(A4判、8ページ)を作成しました。秘書・国際課(フレンテ西宮4階、市役所本庁舎4階)と各支所で無料配布しています。問合せは秘書・国際課(0798・32・8672)へ。

世界の児童画と家族を題材にした写真展

市民ギャラリーで展示

市は、3月20日から25日まで市民ギャラリーで次の作品展を同時開催します。開催時間は午前10時から午後5時(最終日は3時)まで。入場無料。

《ユネスコ世界児童画展》市内の幼稚園児・小学生と、海外友好都市等の子どもたちが描いた絵画約60点を展示。問合せは人権教育推進グループ(0798・35・3892)へ

《平成18年度家族の絆フォトコンテスト受賞作品展》71点の応募の中から、受賞作品23点を展示。問合せは社会教育・文化財グループ(0798・35・3868)へ

「山東自然の家」夏休み期間利用申込みの受付

市は、山東自然の家(朝来市)の夏休み期間利用申込みを受け付けます。今回から抽選により申込みを決定します。対象は、市内・市外の団体・家族。

問合せは青少年育成グループ(0798・35・3871)へ。

【利用期間】7月20日～8月31日(8月13日、17日は家族利用のみ) 市主催

催事業等で利用できない日あり

【抽選受付日時・会場】いずれも市内の団体は午前9時半～10時に、家族・市外の団体は午後1時～1時半に西宮市職員会館(市民会館南側)で7月分：4月2日 8月分：5月1日 抽選日の翌日からは電話申込可

その他

「西宮産学官民連携交流会」を開催

市と西宮商工会議所は、事業所の経営者・技術者等を対象に「西宮産学官民連携交流会」を3月23日午後2時から西宮商工会館で開催します。参加費無料。

申込はハガキに事業所の名称・電話番号、参加者の氏名・役職、質問内容(希望者のみ)を書き、3月19日(必着)までに西宮商工会議所(〒662-0885 4 榑塚町2-20)☎0798・33・1131)へ。

【内容】武庫川女子大学教授による講演など。テーマは「食品アレルギーの低減と臨床応用」、「食品によるアレルギーはどこまで防止できるか」食品アレルギーの発生機構と、食品の安全性確保の探求」