寝たきりにさせない工夫 考えてみませんか

家庭介護教室 開催

保健サービス課は「家庭介護教室」を北口保健福祉センターで開きます。寝たきりにさせない介護の工夫や、介護者の健康管理などを一緒に学びませんか。参加費無料。

★日程・テーマ　午後1時半から▽6月6日…医師の話「老化と病気」、栄養士の話「お年寄りの食事」、高齢者擬似体験▽10日…腰痛予防体操、体の動かし方、着替え・シーツの交換▽17日…清潔・排せつの世話▽24日…車いすの動かし方、床ずれ予防、講話「寝たきりにさせないために」

★定員　35人

★申込　5月15日から同課（0798・64・5097）へ。先着順

カルチャー

◉郷土資料館・今月のアラカルト5月号「明治維新、士族の商法」　6月2日までの午前10時～午後5時（入館は4時半）。月曜休館。明治初期の錦（にしき）絵を展示。問合せは同館（33・1298）へ

◉倫理文化講演会「家庭力～いのちの輝きを求めて」　5月19日午後1時半からプレラホールで。問合せは倫理研究所阪神準支所（22・2771…鎌谷方）へ

※託児あり（無料）

◉親子リズム体験会　5月20日午後2時半から高木公民館で。対象は1歳～就学前の子と保護者。参加費1組300円。申込は新日本婦人の会西宮支部（71・3920）へ

◉建築家の住宅展「風景としての住まい」　5月21日～6月2日の午前10時～午後7時（入館は5時）に北口ギャラリーで。月曜休館。家づくり無料相談会（5月23・25・26・30日、6月1・2日の午前11時～午後4時に同ギャラリーで）、家づくりサロン（5月25日、6月1日の午後1時半から西宮市大学交流センターで。要申込）などもあり。申込・問合せは日本建築家協会近畿支部（06・6229・3371）へ

◉西宮東高校の木曜講座「北欧の森」　いずれも午後2時からなるお文化ホールで。問合せは同校（47・6013）へ▽5月23日…白夜の先進国▽5月30日…森と湖の携帯大国▽6月6日…アンデルセンの多民族国家

◉西宮さつき展　5月25日～6月2日の午前9時～午後6時に西宮神社で。問合せは西宮さつき会（41・1919…田中方）へ

◉西宮・芦屋コリアンコミュニティ　5月26日午前9時半から阪神朝鮮初級学校（青木町）で。仮装行列、抽選会など。問合せは同コミュニティ実行委員会（65・2222）へ

◉ボーイスカウト西宮第21団のバザー　5月26日の午前11時～午後2時に段上公民館で。問合せは同団（53・5171…中間方）へ

◉ガールスカウト兵庫県第7団のチャリティバザー　5月26日の午前11時～午後2時に浜脇公民館で。問合せは同団（23・5901…大川方）へ

◉北山緑化植物園6月の催し　水曜休み。問合せは同園（72・9391）へ▽花と緑の教室＝1日…多肉植物を楽しむ（ガラス容器に寄せ植え）、8日…梅雨をのりきる夏花壇作りのコツ、15日…熱帯の果物（ストロベリーグァバなど）～味わおう、育てよう。いずれも午後1時から。定員各30人。要教材費▽植物の病害虫展…6月8日～7月14日

◉エンジョイトーキング　6月1日午後2時から西宮市国際交流協会で。英語のフリートーク。対象は英語を母国語としない人。参加費500円。定員15人。申込は5月24日までに同協会（32・8676）へ。多数の場合抽選

◉パート労働ガイダンス「パートで働くうえで知っておきたいこと」　6月3日午後1時半から男女共同参画センター　ウェーブで。対象は現在パートで働いている人など。定員45人。申込は5月14日から同センター（64・9495）へ。先着順　※保育あり（対象は2歳～就学前。要おやつ代。定員20人。先着順）

◉いきいき仕事塾　阪神・淡路地域4市1町で。市内では、健康づくり実践コースと野菜・花づくりコース（いずれも6月11日から西宮商工会館で）。対象はおおむね55歳以上で被災地に居住または居住していた人。要実費。申込は5月16日までに県生活復興課（078・360・3261）へ

◉総合福祉センターの視覚障害者料理教室　5月24日～来年1月31日の金曜（7回）午前10時から。対象は視覚障害者と介護者。在勤者可。要実費。定員20人。申込は5月20日までに同センター（33・5501FAX35・1132）へ。多数の場合抽選　◉同センターのスポーツ教室　申込は5月11日～21日。問合せは前記へ。多数の場合在住・在勤者優先　▼初心者卓球　各5回。対象は身体障害者・療育手帳所持者。定員各10人▽A…5月27日からの月曜午後1時15分から▽B…5月28日からの火曜午前10時から▽C…5月31日からの金曜午後5時半から　▼FUN水中運動　各5回。対象は身体障害者手帳・療育手帳・センター利用証所持者。定員各10人。中学生以下は介護者同伴で▽A…5月28日からの火曜午後3時15分から▽B…5月31日からの金曜午後7時から　▼初心者水泳　各8回。対象は身体障害者・療育手帳所持者。定員各10人▽A…5月31日からの金曜午後2時半から▽B…6月1日からの土曜午前10時15分から▽C…6月1日からの土曜午後3時15分から　▼親子なかよし　6月1日からの土曜（7回）午後1時半から。対象は療育手帳を持つ小・中学生と親15組　▼ママさんフィットネス　6月7日からの金曜（18回）午前10時から。対象は障害児を持つ親20人

◉母子家庭など特別法律相談　6月6日に宝塚市福祉事務所で。離婚、養育料、相続など。女性弁護士が担当。申込は5月21日までに市厚生課（35・3166）へ

◉西宮市肢体障害者協会の生活行動訓練バス旅行　6月7日午前8時に阪神今津駅前に集合。三重県長島町の「なばなの里」へ。参加費4000円。定員80人。申込は5月20日の午前10時～午後2時に総合福祉センターへ来館を。先着順。問合せは同協会（22・3474…小川方）へ

◉尼崎市立城内中学校琴城分校（夜間中学校）の生徒募集　対象は小・中学校を卒業していない人。申込は5月31日まで。問合せは午後4時半以降に同校（06・6482・5438）へ

◉市民体育大会のボウリング　5月19日午前9時半から阪神甲子園ボウルで。男女別、ハンディキャップ制。対象は小学生以上。在勤・在学者可。要参加費。申込は5月18日午後8時までに西宮市ボウリング協会同大会事務局（47・4355…同ボウル内）へ

◉西宮スポーツセンターの市民ファミリーハイキング5月例会　19日午前10時に阪急箕面駅に集合（雨天中止）。箕面滝など約8キロ。弁当など持参。問合せは中央体育館（74・0720）へ　◉同センターの遊・遊すぽーつ広場　5月24日午後1時から中央運動公園陸上競技場で（雨天中止）。ペタンク、グラウンドゴルフなど。問合せは同センター（73・7581）へ　◉同センターの指導者講習会（卓球）　6月10・17・24日の午後7時15分から中央体育館分館で。対象は指導者を目ざす人。参加費750円。定員30人。申込は5月27日午前11時に同館（67・0771）へ来館を。多数の場合抽選

◉シルバー（オープン）卓球大会　6月1日午前9時から中央体育館で。男女別・年代別シングルス。対象は50歳以上。要参加費。申込は5月17日まで。問合せは西宮市卓球協会（66・0861…植田方）へ

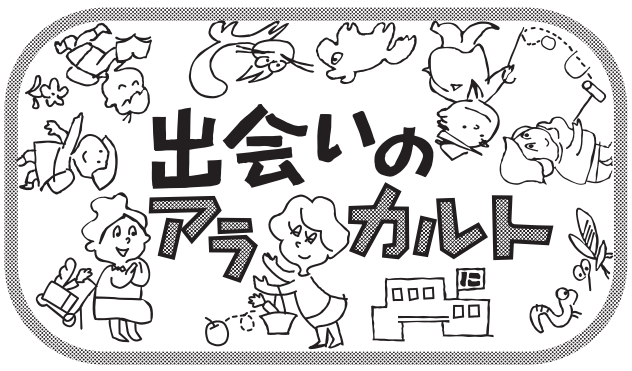
◉市民体育大会のソフトボール（男子）　6月2・9日、7月14日の午前9時から中央運動公園などで。在勤者可。要参加費。申込方法など問合せは5月20日までに西宮ソフトボール協会（46・0865…森口方）へ　※女子は9月に開催

◉市立中央病院の臨時職員　いずれも申込は同病院（64・1515）へ▽助産師・看護師・准看護師…対象はおおむね50歳までの免許取得者。勤務は月曜～金曜の午前8時半～午後4時。報酬日額9710円（准看護師8630円）。定員若干名▽薬剤師…対象はおおむね35歳までの免許取得者。勤務は月曜～金曜の午前8時55分～午後4時25分。報酬日額1万660円。定員1人

◉郵便局のアルバイト　内務、外務（原付か小型二輪免許取得者、普通自動車運転免許取得者）。勤務は週5日程度で、午前7時～午後8時のうち6時間程度。土・日曜勤務あり。報酬1時間、内務783円・外務912円以上。問合せは西宮東郵便局（33・1200）へ

◉総合福祉センターの休館　5月19日は休館します。問合せは同センター（33・5501FAX35・1132）へ

出会いのアラカルト



電話番号で市外局番のないものは《0798》です。費用の表記がない催しなどは無料。詳しくは問合せを

スポーツ

◉市民体育大会のボウリ

ホール・イベント

問合せ・申込などは西宮市文化振興財団（〒662－0918六湛寺町10－11☎0798・33・3111）へ

≪市民会館の催し≫

☆西宮市民コーラス大会　5月26日午後0時半から。市内で活動するコーラスグループが出演。入場無料

☆カナダ・ナショナル・バレエスクール阪神公演　6月22日午後6時半から。対象は小学生以上。入場料は、S席（1階）3500円、A席（2階）3000円。全席指定　※保育室あり（有料。要申込）

☆西宮太鼓フェスティバル「風神・雷神・和太鼓松村組」　7月7日午後2時半から。市内を中心に活動するアマチュア太鼓グループも出演。入場料は一般1500円、高校生以下1000円。当日各300円増

☆佐渡裕ヤング・ピープルズコンサート～トランペットを吹き鳴らせ!!　7月17日午後7時から。対象は小学生以上。入場料は一般3000円、高校生以下1000円。全席指定　※保育室あり（有料。要申込）

◆〝パイプでアートしよう〟工作ワークショップ参加者募集　6月15日午前10時から市民会館で。対象は小学5年～高校3年。参加費500円。定員25人。申込は5月15日から電話で西宮市文化振興財団へ

ギャラリー・カレンダー

問合せは西宮市文化振興財団（0798・33・3111…市民ギャラリー、0798・69・3160…北口ギャラリー）へ

≪市民ギャラリーの催し≫

☆彬々会書展～特別展 南天棒の書　5月14日～19日

☆西宮写真展　5月21日～26日

☆西宮さくら祭　絵画・写真コンクール展覧会　5月22日～26日

☆西宮洋画グループ連盟展、香翠会水墨画展　5月28日～6月2日

≪北口ギャラリーの催し≫

☆手織展　夕鶴会　5月17日～19日

図書館から

問合せは中央図書館（0798・33・0189）へ

☆移動図書館いずみ号日程・5月後期分　16日…山口支所前、すみれ台西公園、名来公園▷17日…小曽根公園（雨天の場合24日）▷21日…甲武中学校▷23日…北六甲台コミュニティセンター、船坂保育園前▷28日…松並公園