

西宮湯川記念こども科学教室

# ふしぎで面白い 科学にチャレンジ

教育委員会は、9月9・10日に総合教育センターで「西宮湯川記念こども科学教室」を開催します。不思議でおもしろい科学実験の見学や科学工作の体験ができます。入場無料。

問合せは総合教育センター(0798・67・6855)へ。会場に駐車場はありません

【開催時間】9月9日：正午～午後3時 9月10日：午前10時～午後3時

◆市立小・中学校理科・生活科作品展 9月9・10日の午前10時～午後4時に中央体育館分館で。児童・生徒が取り組んだ実験や観察レポートなどを展示。入場無料。上履き持参。問合せは総合教育センター(0798・67・6855)へ。会場に駐車場はありません

# マンション 管理実務セミナー

市は、分譲マンションの管理組合役員等を対象に「マンション管理実務セミナー」を開催します。大学教授・弁護士・建築士を講師に迎え、マンション管理に必要な知識を専門的に解説します。参加費無料。

詳細は市のホームページ(アドレスはページ下参照)でも紹介しています

【日程・会場】10月7日 11月11日、12月2日の午前10時から市民会館で。全6講座3日間シリーズ

【定員】100人

【申込】往復ハガキにマンション名、理事長の氏名、参加人数、代表者の住所・電話番号を書き、9月14日(必着)までに住宅政策グループ(〒662-8566 7-6 湊寺町10 3 ☎0798・35・3778)へ。

多数の場合は、人数を調整します

# 市内大気汚染状況概報(6月) 汚染物質の月平均濃度

測定地	浮遊粒子状物質 (mg/m)		二酸化窒素 (ppm)		二酸化硫黄 (ppm)	
	上段・今年度	下段・過去5年平均	上段・今年度	下段・過去5年平均	上段・今年度	下段・過去5年平均
市役所	0.034	0.033	0.029	0.027	0.003	0.003
山口小学校	0.034	0.029	0.016	0.014	0.001	0.002
国道43号	0.043	0.041	0.036	0.032	0.004	0.007

# 健康を考える きっかけに

市立中央病院は、各種講座を開催しています。いずれも入場無料で申込不要です。お気軽にご参加ください。問合せは市立中央病院

【日程・内容】いずれも

●糖尿病教室  
医師や管理栄養士などが、糖尿病に関する知識や食事療法などについてお話しします。9月の開催日程は次のとおり。

【対象】60歳以上

10月31日に勤労会館ホールで開催する「老人クラブ芸能大会」の参加者を募集します。カラオケや民謡、舞踊などを披露してみたい人はご応募を。

【対象】60歳以上

午後3時から同病院で  
日：糖尿病基礎編 7日  
：食事療法基礎編、運動療法 13日：本格的な食事療法(応用編) 14日：糖尿病によく効く薬のABC、インスリン注射 20日：血糖コントロール 21日：忍び寄る失明の危機 27日：話題の内臓肥満 28日：同病院脳神経外科部長が「糖尿病にも関係する健康講座」を隔月で同病院で開催しています。9月は5日午後2時から「けいれんについて」をテーマに開催。

医師・臨床心理士による「子どもに関する健康講座」を隔月で同病院で開催しています。9月は5日午後2時から「けいれんについて」をテーマに開催。

# 敬老月間に様々な催し

市は、9・10月を敬老月間として、西宮市社会福祉協議会や西宮市老人クラブ連合会などとともに様々な催しを行います。ここでは主な催しを紹介します。

問合せは長寿福祉グループ(0798・35・3021)へ。

100歳の人に  
記念品を贈呈  
長寿と健康を祝い、今年で100歳を迎える人(30人)に、祝状と記念品を贈呈します。祝状は1人1点、作品は部門ごとに1人1点、3枚まで。工芸：仏像・魚拓・珍木・盆栽類を除く。展覧は無料。

市立中央病院の講座へどうぞ  
市立中央病院は、各種講座を開催しています。いずれも入場無料で申込不要です。お気軽にご参加ください。問合せは市立中央病院

老人クラブ芸能大会  
10月31日開催  
【申込】往復ハガキに「芸能大会希望」、住所、氏名、年齢、電話番号、種目、題名を書き、9月29日(消印有効)までに西宮老人福祉センター(〒663-8233 津門川町2-28 福祉会館2階)へ。多数の場合、10月16日に同センターで予選を行います

【参加費】無料

【申込】往復ハガキに「芸能大会希望」、住所、氏名、年齢、電話番号、種目、題名を書き、9月29日(消印有効)までに西宮老人福祉センター(〒663-8233 津門川町2-28 福祉会館2階)へ。多数の場合、10月16日に同センターで予選を行います

マシニングジム  
ゴルフ練習場  
お得な回数券も  
西宮スポーツセンターは、9月1日からマシニングジムに、初心者でも簡単な操作で安心して利用できるとして注目されている「サーキットトレーニング」機器を導入します。インストラクターが丁寧にアドバイスしますので、お気軽にご利用ください。

また、同センター、体育館などで多彩なスポーツ教室を開催しています。健康づくり・仲間づくりに、ぜひご参加ください。

問合せは西宮スポーツセンター(0798・73・7581)へ。

受講料(月謝制)。申込方法など詳しくは西宮スポーツセンターへ問合せを。

【随時受付中の教室】太極拳、氣功、ヨガ、社交ダンス、らくらく健康体操、ビューティー・ウォーク・プロジェクト、ピラティス、ストリートダンス、リフレッシュ&シェイプ、エアロバイク、ソフトジャズダンス、ヘルシートレーニング、スポーツチャンバラなど

体育館で開催の短期制教室  
いずれも要受講料。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

◆遊・遊すぽーつ広場  
いずれも午後1時から。ペタンク、グラウンドゴルフなど。参加費無料。雨天中止。問合せは西宮スポーツセンターへ。9月13日：浜甲子園運動公園多目的広場 9月15日：塩瀬中央公園多目的広場 9月22日：中央運動公園陸上競技場

ひとりて悩まず  
地域の民生委員にご相談を

民生委員は、地域社会の福祉増進を図るため、民生委員法に基づいて、市の区域に置かれている奉仕者で、生活上の福祉相談や福祉行政への協力活動を行っています。高齢者の皆さんには、悩みごとや心配ごとの相談・助言を行うほか、見守り活動の一環として、ひとり暮らしや高齢者世帯を訪問し、必要に応じて援助を行っています。

状況確認などのために、地域の民生委員が訪問した際は、遠慮なくご相談ください。問合せは長寿福祉グループ(0798・35・3032)へ。

西宮スポーツセンターでリフレッシュ  
マシニングジムがさらに充実  
インストラクターがサポートします!

を。多数の場合抽選。詳しくは各館へ問合せを。

【開催教室】中央体育館分館(0798・67・0771) 小中学生卓球(土)：9月30日からの土曜(10回)午前9時15分から。対象は小・中学生。申込は9月2日午前10時流通東体育館(078・903・3801) 幼児体操(水)：9月6日からの水曜(15回)午後3時から。対象は平成13年4月2日～14年4月1日生まれの子。申込は8月30日午前10時幼児体操(水)：9月6日からの水曜(15回)午後4時から。対象は平成12年4月2日～13年4月1日生まれの子。申込は8月30日午前11時小学生体操(金)：9月1日からの金曜(15回)午後4時から。対象は小学1・2年生。申込は8月30日午後1時



広告

## 阪神米穀のお米

# えべっさん

■本社 TEL.0798(26)0221(代表)  
■http://www.ebessan.jp

### 米へんの漢字

米へんの漢字には粳(もみ)、粥(かゆ)、糠(ぬか)、粽(ちまき)などのように、米そのものと関わりを持つ漢字の他に当て字としか考えられないものも多くあります。粃、糲、粳、これらはどう読むでしょう。実はミリメートル、センチメートル、キロメートルと読みます。へんの米は1メートルの当て字で、つくりの毛は1/1000。1mの1/1000、つまり1mmを表します。同様に厘は1/100の意味で、1mの1/100、つまり1cm、1000ならば1000メートル、だから1kmというわけです。長さの単位であるメートルを、一番身近な「米」で表すのは日本人らしい発想です。

阪神米穀は「おいしいごはんを食べよう県民・国民運動」を応援しています。