



ええまち比也野里だより

コロナ禍で迎える3度目の春がやってきました。皆様いかがお過ごしでしょうか。まだまだ油断はできませんが、お天気のいい日にはたまには外に出て、道端の草花や桜を見ながらお散歩したり、ストレッチしたり、じわっと汗をかくくらいの運動をするのは、免疫力もアップしてとてもいいことですね。こみせん比也野前の夫婦桜も、今年も変わらずきれいに花を咲かせてくれそうです。お散歩がてらぜひ足をお運びください。お待ちしております。

【4月の予定】

1(金)	比也野号
2(土)	
3(日)	
4(月)	
5(火)	比也野号
6(水)	お針箱
7(木)	げんき体操
8(金)	比也野号
9(土)	こども絵画教室
10(日)	
11(月)	比也野号
12(火)	
13(水)	
14(木)	げんき体操
15(金)	比也野号 園芸教室
16(土)	
17(日)	
18(月)	
19(火)	比也野号
20(水)	お針箱
21(木)	げんき体操
22(金)	比也野号
23(土)	こども絵画教室 たけのこまつり
24(日)	
25(月)	
26(火)	比也野号
27(水)	
28(木)	げんき体操
29(金)	昭和の日
30(土)	

今月のバステルアート

画：まろん



「げんき体操」のご案内

【日時】 毎週木曜日 10時～11時

【場所】 こみせん比也野 1階多目的ホール

【内容】 おりひめ体操(第1、第2) 脳トレ
色々な音楽に合わせて楽しく体を動かす
スローエアロビック サザエさん体操
など盛りだくさん!

どなたでも、参加できる時に、自由に参加できます。

欠席の連絡は不要。途中参加もOKです。

ご興味のある方は、お気軽に覗いてみてください。

【発行・編集】ええまち比也野里
西脇市鹿野町720-1 こみせん比也野
TEL 0795-24-0120
FAX 0795-27-7040



◆スポーツクラブ21比也野 令和4年度会員募集（新規・継続）

サッカー

毎土曜日 9時
城山公園グラウンド



水中ウォーキング

毎水曜日 13時
天神池温水プール



野球

毎土曜日 13時
毎日曜日 9時
比延小学校グラウンド



グラウンドゴルフ

毎土曜日 9時
比延小学校グラウンド



入会金 1,000円
年会費 大人：2,000円 子供：1,000円
家族会費 4,000円

申込みはこみせん比也野事務局まで、多数のご参加をお待ちしております。

お問い合わせ 電話 24-0120

◆こども絵画教室 受講生募集！

ええまち比也野里

毎月2回 土曜日 4月（9日、23日）5月（7日、28日）6月（11日、25日）
7月（9日、23日）8月（6日、20日）9月（3日、17日）の予定

講師 藤原 廣幸先生
（日本美術家連盟会員・兵庫県美術家同盟事務局長・神戸芸術文化会議会員）

受講料 1,000円/月 材料代1,000円（初回のみ）

時間 午後1時～（約1時間30分）

対象 5歳以上

内容 道具を変えたり、用紙を変えたり、こども芸術祭出品作品や、
夏休みの宿題もやります。みんなで楽しく学びましょう！



お気軽にお問い合わせください。 24-0120（こみせん比也野事務局）

◆ええまち比也野里 まちづくりのメンバー大募集！

私たちと一緒に、ええまち比也野里で活動をしてくださるメンバーを募集しています。1ヶ月に1回でも、1年に1回でも構いません。みなさんの得意な分野でぜひ力を貸してください。年齢も性別も問いません。お惣菜の調理、喫茶やレジ、移動販売車「比也野号」のスタッフ、各イベントの企画や運営、広報紙制作、加工品（万能だれ、いちごジャム）、花植えなど…活躍の場はたくさんあります。

「これなら参加できる！やってみたい！」という方、ぜひお待ちしております。



◆比延地区自治協議会総会・ええまち比也野里総会のお知らせ

と き 令和4年 5月 28日（土）

午後6時30分 第6回「比延地区自治協議会」総会

午後7時30分 第9回「ええまち比也野里」総会

ところ こみせん比也野2階（こみせんホール）

※比延地区自治協議会総会のあと、ええまち比也野里総会を行います

（お願い）

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当日体調のすぐれない方はご来場をお控えください。マスクの着用と入口での手指消毒にご協力をお願いいたします。なお、状況によって総会を延期または中止させていただく場合がありますのでご了承ください。

◆高嶋のたけのこまつり

と き 令和4年 4月 23日（土）10時

ところ 高嶋町竹林、公民館前広場


お問合せは 西脇市観光協会 電話 22-3111まで





4月へそ・で・ちゃのご案内

【営業時間 火曜日～金曜日 10:00～12:30】

火	水	木	金
<p>お花見弁当を4月8日（金）まで販売します。 数量限定につきご予約はお早めをお願いします。</p> 			<p>1 お弁当 500円 二色ご飯、魚フライ 煮物、酢の物、果物</p>
<p>5 お弁当 500円 ご飯、豚肉の野菜巻 だし巻き玉子 ポテトサラダ いかなごのくぎ煮</p>	<p>6 お弁当 500円 ちらし寿司 えびフライ、サラダ だし巻き玉子 分葱のぬた</p>	<p>7 お弁当 500円 わかめご飯 ハンバーグ だし巻き玉子、酢の物 ポテトサラダ</p>	<p>8 お弁当 500円 まぜご飯 鶏の唐揚げ だし巻き玉子 酢の物、サラダ</p>
<p>12 筑前煮 200円 酢の物 100円 ちくわの天ぷら 100円 わかめご飯 120円</p>	<p>13 お弁当 400円 ごはん、焼魚 天ぷら、酢の物 だし巻き玉子</p>	<p>14 オムライス 250円 唐揚げ 150円 ほうれん草のごま和え 100円</p>	<p>15 焼きとり 250円 こんにゃくのおかか煮 120円</p>
<p>19 焼きそば 250円 焼魚 200円 煮魚 200円 高野豆腐含め煮 120円</p>	<p>20 子午線巻 400円 サラダ巻 250円</p>	<p>21 鮭とひじきの ちらし寿司 250円 天ぷらセット 200円 スパサラダ 100円</p>	<p>22 おでん 250円 コロケ 150円 マカロニサラダ 100円</p>
<p>26 いなり寿司 250円 白和え 120円</p>	<p>27 お弁当 400円 ごはん 天ぷら、煮物 だし巻き玉子</p>	<p>28 牛すじカレー 250円 チキンカツ 200円 きゅうりの酢の物 100円</p>	<p>29 </p>

★ 今月のへそでちゃギャラリー展 「こみせん比也野 感謝展」

先月に引き続き、「こみせん比也野感謝展」と銘打って、こみせん比也野にまつわる様々な展示を行います。少し内容も変わっていますので、ぜひご覧下さい。

R4年4月1日（金）～28日（木）火～金 10:00～12:30

今月の
比也野号

笑顔いっぱい比也野号からのお知らせ 火・金曜日は比也野号

塚口町・中畑町・住吉町
毎週火曜日 5日・12日・19日・26日
堀町・高嶋町・鹿野住宅（線路沿い）・比延町・上比延町
毎週金曜日 1日・8日・15日・22日
到着予定時間は、チラシや月・木曜の夜の放送でご確認ください。



へそ・で・ちゃ 直通電話 38-7339（火～金 9:30～12:30）