

各施設の電話番号は31ページをご覧ください

子どもゆめ基金助成事業講演会～「親子で楽しむ本の世界 part 3」～

大阪国際児童文学館主任専門員の土居 安子さんを講師に迎え、「絵本で広がる子どもの世界」をテーマにした講演会を開催します。

とき 2月14日(日)、午前10時～正午

ところ 中央公民館

対象者 子どもの本や子どもの読書に興味がある人

定員 80人(申し込み先着順)

※保育あり(2歳以上、定員10人、2月4日(木)までに要予約)。

参加費 無料

申し込み 1月14日(木)、午前10時～、中央図書館へ(電話申し込み可)

問い合わせ 藤井 郁子さん(富田林子ども文庫連絡会) ☎(28)0639

がんばった人に花まる!

●第26回日本拳法^{こっけつ}洪游杯^{こうゆう}ジャパンオープン大会

《中学3年生面有りの部》

準優勝 石金 健祐

●第63回市民体育大会・第35回市長杯少年剣道大会結果

◇団体の部

第3位 富田林少年剣道同好会A

◇個人の部

《小学3・4年生男子の部》

第3位 大橋 功苑、高松 輝

《小学3・4年生女子の部》

準優勝 大浦 結萌/第3位 宮川 結衣

《小学5・6年生男子の部》

第3位 京極 雅也

《小学5・6年生女子の部》

優勝 篠原 彩葉/準優勝 大橋 季和

《中学生男子の部》

優勝 芝 康平

《中学生女子の部》

第3位 玉越 栞

《高校生男子の部》

優勝 篠原 海龍

《高校生女子の部》

第3位 大谷 みのり

《一般男子の部》

準優勝 田中 秀武

《新刊案内》

■小説・エッセイなど

大川契り 西條 奈加
謎の毒親 姫野 カオルコ
うそつき、うそつき 清水 杜氏彦
三人孫市 谷津 矢車

■家庭・その他

おいしい高血圧レシピ300
こんがり、焼き菓子のシンプルレシピ
訛音のことがよくわかる本
ハウスの環境制御ガイドブック

おはなし会

①中央図書館 1月10日(日)、24日(日)

②金剛図書館 1月16日(土)

③東分室 1月10日(日)

④喜志分室 1月24日(日)

※①は午前10時30分～11時、②③④は午後3時～3時30分に開催。

《一般女子の部》

優勝 篠原 紅葉/準優勝 船垣 春恵/第3位 和田 華奈

●第63回市民体育大会結果

◇柔道

《小学2年生の部》

優勝 北口 莉乃/準優勝 梅本 未来、北 奏

《小学5年生の部》

優勝 北口 鷹斗

《高校有段の部》

優勝 乾 将之介/準優勝 山口 智也/第3位 多田 悠人、黒田 昇汰

●軟式野球連盟秋季大会結果

《A級》

優勝 ユーモアズ/準優勝 河内っ子

《B級》

優勝 インセクトガイズ/準優勝 S T I N G

●体協会長杯バドミントン大会結果

《男子1部》

優勝 田中・中村組/準優勝 大江・安藤組/第3位 有上・神部組、杉浦・中井組

《女子1部》

優勝 辻・井樋組/準優勝 射手園・山口(真)組/第3位 井田(敏)・早川組、大伴・小川組

じゅうたん

コーナーでのよみきかせ

中央図書館 1月17日(日)、31日(日)、午前10時30分～11時

金剛図書館 1月9日(土)、23日(土)、30日(土)、午後3時～3時30分

あかちゃんのおはなし会

中央図書館 1月15日(金)、①午前10時10分～10時40分、②午前11時～11時30分

金剛図書館 1月14日(木)、③午前10時10分～10時40分、④午前11時～11時30分、⑤午前10時10分～10時40分、⑥午前11時～11時30分

※①③④は6カ月～1歳未満の乳児と保護者対象、②⑤⑥は1歳児と保護者対象(先着各15組、ハンカチ持参)。

※いずれも当日、直接会場へ。

《男子2部》

優勝 箭木・米田組/準優勝 慎・吉川組/第3位 ハディ・ロ二組、鎌田・杉原組

《女子2部》

優勝 穴井・宇田組/準優勝 井田(登)・増井組/第3位 榎奥・山口(菜)組、林・中岡組



クラブ員募集

A 対象者 B 募集人数 C 活動日時
D 活動場所 E 会費 F 申し込み
G 問い合わせ

●詩吟同好会

A 市内在住・在勤の人 B 若干名 C 第1・2金曜日、午前10時30分～正午
D 総合福祉会館 E 月額2000円 F・G 西田さん ☎(24)7733

●ラビットクラブ(幼児体操)

A ①平成23年4月2日～24年4月1日生まれの幼児、②平成24年4月2日～25年4月1日生まれの幼児 B・C 毎週火曜日、①午後3時～3時45分=15人、②午後3時45分～4時15分=10人
D レインボーホール(市民会館) E 月額1800円 F・G 土井さん ☎090(1324)9421



カルチャー

楽しい英会話教室

～ネイティブと英会話を楽しもう～

日常から趣味に至る多彩な話題を通じて、英語に親しみながら、人との交流を図ります。

とき 1月25日～2月22日の毎週月曜日(全5回)、午後7時～9時

ところ 人権文化センター

対象者 市内在住・在勤・在学の18歳以上の人

定員 15人

参加費 無料

申し込み 1月4日(月)～14日(水)までに人権文化センターへ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)

シニア向け スマートフォン講習会

とき ①2月4日(水)、18日(水)、②2月25日(水)、3月3日(水)、いずれも午後2時～4時(全2回)

ところ 総合福祉会館

内容 インターネット検索、地図、テレビ、カメラの使い方を学ぶ

対象者 市内在住の60歳以上の人

定員 各10人

参加費 無料

申し込み 1月12日(水)～20日(火)までに総合福祉会館へ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)



やさしいLINE講習会

LINEに関心はあるけれども、使い方や設定方法がよく分からないという人を対象に、「便利で楽しく安全に」LINEを利用する方法を学ぶ同講習会を開催します。

とき 1月18日(月)、午後3時30分～5時

ところ NPO法人きんきうえび(小金台二丁目5の10)

定員 12人(申し込み先着順)

参加費 1000円

※スマートフォンは貸し出し機を使用します。

申し込み 1月6日(水)～、同きんきうえび【☎(29)0019】へ

地域の多文化講座

～ニーハオ(こんにちは)!中国～

文化、言葉、料理を通して中国の魅力を学びます。

とき 1月29日(金)、2月12日(金)、26日(金)、いずれも午後1時30分～3時(全3回)

ところ NPO法人とんだばやし国際交流協会

定員 15人(申し込み先着順)

参加費 900円

申し込み 1月6日(水)～21日(水)までに同協会【☎(24)2622】へ

多文化いどばたカフェ ～その昔、富田林は「渡来人の里」だった!?～

本市には、朝鮮半島とゆかりのある地名や遺跡があり、出土品も多く発見されています。

古代の富田林と朝鮮半島とのつながりや人の行き来について学びましょう。

とき 1月15日(金)、午後1時30分～3時30分

ところ NPO法人とんだばやし国際交流協会

定員 10人(申し込み先着順)

参加費 無料

申し込み 1月6日(水)～1月14日(水)までに同協会【☎(24)2622】へ

1月・2月のレインボーホール(市民会館)講座表

講座名	定員	参加費
とき () 内に記載のある講座は、※の申し込みがなければ開催しません		
①リボンレイ教室 ～ハワイの雑貨作り～ 1月23日(水)、午前10時～正午(※4人以上)	15人	800円(材料費別)
②Happyヨガ ～デトックス&きれいのお手伝い～ 1月12日(水)、19日(水)、2月2日(水)、16日(水)、午前10時45分～11時55分	各25人	1回900円
③はじめてのヨガ ～体を整え使い方を学ぶ～ 第2・4金曜日、午前10時30分～11時45分、第1・3木曜日、午後8時～9時15分	各20人	金曜日=1回900円、木曜日=1回1000円
④能楽・謡曲講座「謡」「仕舞」編 第2・4火曜日、「謡」編=午後1時～2時30分、「仕舞」編=午後3時～4時30分	各10人	月額3000円(新規受講者は無料体験有)
⑤初めてのフラ講座 第2・3・4金曜日、午後2時～3時30分	各20人	月額3000円(新規受講者は無料体験有)
⑥ゆったりストレッチパレエ ～身体を整える～ 1月14日(水)、28日(水)、2月25日(水)、午前11時15分～午後0時15分	各10人	月額2500円(2月は1回1250円)
⑦ルーシーダットン ～仙人体操～ 第1・3木曜日、午前10時45分～11時45分	各20人	1回800円
⑧ベビーマッサージ(0歳児と保護者対象) 第2・4金曜日、午前10時30分～正午	各10組	1回1200円
⑨ベビーからできるリトミック(3カ月～5歳児と保護者対象) 1月9日(水)、15日(水)、23日(水)、29日(水)、2月5日(水)、6日(水)、19日(水)、20日(水) (時間など詳しくはお問い合わせください)	各10組	1回2000円(体験1000円)
⑩自分史「エンディングアルバム」作り 1月14日(水)、21日(水)、2月25日(水)、午前10時～正午	各5人	1回1200円(材料費別)
申し込み 1月6日(水) 午前10時～、①～⑦はレインボーホール、⑧～⑩はNPO法人ふらっとスペース金剛【☎(29)5227】へ(申し込み先着順、電話申し込み可) ※館内の保育施設をご利用いただけます(別途費用が必要、保育を希望される人は申し込み時に連絡してください) ※複数講座を受講される人に割引があります。詳しくはお問い合わせください。		

献血にご協力を

とき・ところ 1月16日(土)、午前10時～11時30分＝彼方小学校、18日(日)、午前10時～正午、午後1時～4時30分＝市役所、24日(日)、午前10時～午後4時＝エコール・ロゼ

対象者 18～69歳で体重が50kg以上の(65歳以上の人は60～64歳の間に献血経験がある人に限ります)

※ただし、男性は17歳から可能。その他の条件などはお問い合わせください。

問い合わせ 市献血推進協議会(総合福祉会館内) ☎(25)8261

初心者対象のキッズダンスワークショップ参加者募集

すばるホールでは、初心者を対象にしたダンスのワークショップ参加者を募集します。

とき 1月17日(日)、31日(日)、2月7日(日)、21日(日)、3月6日(日)、21日(日)、4月3日(日)の午前中(全7回)

ところ すばるホール

対象者 市内在住・在学の小学2年生～高校2年生のダンス初心者 ※①小学生クラスと②中・高校生クラスに分かれます。

定員 ①②各50人(申し込み先着順)

参加費 無料

申し込み 市役所、すばるホールに備え付けの応募用紙に必要事項を記入し、1月6日(水)～15日(金)までにすばるホールへ

※応募用紙は、ホームページ [http://subaruhall.org/] からダウンロードもできます。

じないまち四季物語2016「冬」～新春・初鍋めぐり～



今年の冬も地域住民・団体が、ぼたん鍋、雑煮、中華そばなど約20種類の鍋料理を振る舞う「新春・初鍋めぐり」を開催します。

当日は、スタンプラリーによる景品抽選会もありますので、お鍋を味わいながら寺内町かいわいを巡ってみませんか。

とき 1月9日(土)、午前11時～午後3時(雨天決行)

※ただし、鍋料理(1杯100円～)は数量限定のため売り切れ次第終了。

ところ 富田林寺内町およびその周辺

問い合わせ じないまち四季物語実行委員会 ☎080(6205)4540、じないまち交流館 ☎(26)0110

府立富田林支援学校作品展

同支援学校小学部から高等部までの児童・生徒らが授業で作った工芸作品(木工・手芸・陶芸・紙工)や絵画を展示します。

とき 1月28日(木)～30日(土)、午前9時30分～正午

ところ 同支援学校交流ホール(甘南備216)

問い合わせ 同支援学校 ☎(34)1675・FAX(34)1677



カルチャー

古地図で巡る街並み

古い地図を持って、その街の歴史を感じながら現在の街並みを巡ります。

とき ①2月4日(木)、②2月21日(日)、③3月3日(木)、④3月6日(日)、⑤3月13日(日)(全5回) ※①③は午後7時～8時30分、②④⑤は午前10時～正午に実施、②④⑤のみの参加はできません。

ところ ①③東公民館、②京都市内、④大阪市内、⑤神戸市内 ※②④⑤は現地集合・解散。

定員 20人

参加費 無料(②④⑤は1回につき保険代30円と現地までの交通費など実費)

持ち物 筆記用具

申し込み 1月23日(土)(必着)までに往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入し、☎584-0045山田中町一丁目5の50 東公民館へ(申し込み多数の場合抽選) ※来館して申し込みの場合は、返信用のはがきを持参してください。

みなみかわち 南河内よみかきこうりゅうかい

南河内で識字・日本語教室に通う人々を対象に、交流会を実施します。また、識字などについて関心がある人も参加できます。

とき 1月30日(土)、午後2時～4時

ところ ゆめニティプラザ3階多目的ホール(松原市上田三丁目6の1) ※近鉄南大阪線「河内松原駅」下車すぐ。

定員 30人(当日、直接会場へ)

参加費 無料

問い合わせ 社会教育課

広告枠



スポーツ

第33回雪遊びファミリーツアー

とき 2月27日(土)、28日(日)

行き先 兵庫県八千高原スキー場

内容 家族でウィンタースポーツ(スキー、スノーボード)を楽しむ ※スクールあり。

対象者 市内在住・在勤・在学の人
※参加申し込みは、原則として家族単位。ただし、定員に満たない場合は、個人参加も可能となりますので、1月20日(火)までにスポーツ振興課〔☎(20)0390〕へお問い合わせください。

定員 35人(最少催行人数20人) ※申し込み先着順。

参加費 中学生以上 1万7000円、小学生 1万3000円、幼児(小学生未満) 1万1000円

※宿舎 1泊(1朝食、2昼食、1夕食付き)、傷害保険料、往復のバス代。

※リフト券代、道具やウェアなどのレンタル代は含んでいません。料金は事前にお問い合わせください。

※3人以下での申し込みの場合、相部屋になる場合があります。

申し込み 1月8日(金)～14日(木)(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時30分)までに参加費、レンタル代を持参の上、スポーツ振興課へ(電話申し込み不可)



イベント

たこあげ大会

市子ども会育成連絡協議会と市青少年指導員連絡協議会では、同大会を開催します。

とき 1月24日(日)、午前11時～(午前10時～受け付け) ※雨天中止。

ところ 石川河川敷川西グラウンド

参加費 無料

表彰 ユニークなたこで参加した人やたこがよく揚がった人などを表彰
※できるだけ手作りのたこで参加してください(子どもには参加賞あり)。

問い合わせ 社会教育課

サバーファームだより

サバーランドの丘では、葉ボタンを使って作った今年のえと「さる」が、皆さんをお迎えしています。

●イチゴ大福作り

とき 1月10日(日)、11日(祝)、17日(日)、24日(日)、31日(日)、午前10時30分～正午、午後0時30分～2時、午後2時20分～3時30分

定員 各20人 **参加費** 700円

●春ジャガイモ植え付け体験

とき 1月30日(土)、31日(日)、午前10時30分～正午

定員 各30人 **参加費** 無料

※いずれも当日、午前9時30分～、受け付け(申し込み先着順)。

※入園料は別途必要です(ただし、レストランのみご利用の場合は、入園料なしでご利用いただけます)。

問い合わせ サバーファーム

バンパー大会

とき 2月4日(日)、午前9時30分～午後3時 **ところ** 総合福祉会館

対象者 市内在住で60歳以上の人、障がい者、ひとり親家庭の人

定員 20人(申し込み先着順)

参加費 無料

申し込み 1月8日(金)～14日(木)までに総合福祉会館へ(電話申し込み可)

第8回こども祭り

恒例の「こども祭り」をリニューアルして開催します。子どもから大人まで楽しめる催しが盛りだくさんのイベントとなっていますので、ぜひ皆さんでお越しください。「Pepper」(人型ロボット)も登場します。

とき 1月16日(土)、午前10時～午後4時

ところ レインボーホール(市民会館)

内容 ボールプールなどの遊具コーナー、楽しい工作コーナー、元ラグビー日本代表の富岡 耕児さんによるラグビーコーナー、バレエやキッズダンス、吹奏楽の発表会、野菜や特産品の販売、おもちゃ交換会など

入場料 無料(当日、直接会場へ)

※一部参加費が必要なコーナーあり。

問い合わせ レインボーホール

きらめきファクトリーイベント 富田林「音ゼミ」

大阪芸術大学の名物授業である「音と芸術」では、世界中の音楽文化に触れたり、楽器を自分で製作したりします。このたび、きらめきファクトリーでは、この「音と芸術」を企画展として開催し、身の周りにあるものを使った楽器のワークショップを開催します。

とき 1月16日(土)～24日(日)、午前10時～午後6時

ところ きらめきファクトリー 2階

入場料 無料

問い合わせ きらめきファクトリー

「富美展」出展作品を公募します

市美術協会では、3月23日(火)～27日(日)に、すばるホールで第19回市美術協会展(富美展)を開催します。

同展に出展していただける作品を募集しますので、気軽にご応募ください。

募集作品 日本画、洋画、彫刻、書、写真で、各部門1人1点(未発表の作品のみ)

※審査をして、同会会員約80人の作品と一緒に展示します。

※優秀作品には市長賞や市教育委員会賞などを授与します。

参加費 2000円

申し込み 市役所、すばるホール、中央・金剛・東公民館、金剛連絡所に備え付けの出品申込書に必要事項を記入し、参加費を指定口座に入金のうえ、2月25日(木)(消印有効)までに☎584-0004木戸山町7の38 植木 啓次さん 方向協会事務局〔☎(23)4604〕へ

※申込書は同事務局へ請求していただくこともできます。

※第19回富美展は市茶華道連盟と「おもてなし・美の饗宴」をテーマに共催し、3月26日(土)、27日(日)にはお茶席を設けます。作品の鑑賞とともに一服をお楽しみください。

※詳しくは同事務局へお問い合わせください。

各施設の電話番号は31ページをご覧ください

※各施設へ電話をされる際には、おかけ間違いのないようにご注意ください。

学校体育施設の開放に伴う 利用団体の登録を受け付け

地域スポーツの振興を目的に、市立小・中学校の体育施設を学校教育に支障のない範囲で開放しています。

28年度の利用団体登録を次のとおり受け付けます。

開放日 月～金曜日（夜間の体育館のみ）、土・日曜日、祝日

開放校 喜志西・新堂・錦郡・彼方・高辺台・寺池台・久野喜台・伏山台・藤沢台・向陽台・小金台・大伴・富田林・喜志小学校、第二中学校（体育館のみ）

開放施設 運動場、体育館

登録資格 代表者が20歳以上で、希望する学校の校区に在住する人で構成する10人以上の団体

申し込み 1月29日(金)、午後5時30分までに所定の申請書に必要事項を記入し、団体の会員名簿、26年度収支決算書を添えてスポーツ振興課〔☎(20)0390〕(土・日曜日、祝日は除く)、または市民総合体育館へ ※書類審査あり。

シニア向けLaLaLa Fit (ラララフィット)

楽しみながら筋力トレーニングを実践する教室です。体力に自信がない人でも参加していただけます。

とき 毎週木曜日、午前11時～正午(月4回)

ところ ウエルネスけあばる

対象者 60歳以上の人

定員 12人 **参加費** 1カ月4000円

申し込み 休館日を除く午前10時～午後7時(日曜日、祝日は午後4時まで)に、ウエルネスけあばるで随時受け付け

チャイルドジム

とき 毎週木曜日の部・金曜日の部、①午後3時40分～4時30分、②午後4時40分～5時30分、③午後5時40分～6時30分(いずれも月4回)

ところ 市民総合体育館

内容 マット・跳び箱・鉄棒・総合運動など学校体育に必要な種目の習得

対象者 ①ジュニア1=3歳以上

上の未就学児、②ジュニア2=平成21年4月2日生まれの幼児～小学2年生、③ジュニア3=小学2～4年生

定員 各20人(申し込み先着順)

参加費 1カ月3500円

持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物、上靴

申し込み 休館日を除く午前9時～午後9時に、市民総合体育館で随時受け付け(電話申し込み不可)



親子トランポリン

とき 1月18日(月)、25日(月)、2月8日(月)、15日(月)、3月7日(月)、14日(月)、午前10時～11時30分

ところ 市民総合体育館

対象者 3～4歳児と保護者

定員 各12組(申し込み先着順)

参加費 2000円(月2回)

持ち物 タオル、飲み物、靴下、上靴

申し込み 休館日を除く午前9時～午後9時に、市民総合体育館で随時受け付け(電話申し込み不可)

ベビーヨガ教室

とき 1月11日(木)、25日(月)、2月8日(月)、22日(月)、午後1時30分～2時30分

ところ 市民総合体育館

対象者 2カ月～1歳6カ月の乳幼児と保護者

定員 各20組(申し込み先着順)

参加費 1400円(月2回)

持ち物 飲み物、タオル、バスタオル ※ヨガマットは無料で貸し出しします。

申し込み 休館日を除く午前9時～午後9時に、市民総合体育館で随時受け付け(電話申し込み不可)

お正月太り解消・筋力アップ で脂肪燃焼体操

筋力と新陳代謝を向上させ、心も体もスッキリしましょう。

中高年を対象にしたソフト編と体力に自信ある人を対象にしたハード編があります。この機会にたっぷり汗を流しましょう。

とき・内容 ①ハード編=1月22日～3月25日の毎週金曜日、午後7時～8時(全10回)、②ソフト編=1月23日～3月19日の毎週土曜日(全9回)、午後1時30分～3時

ところ 東公民館

定員 ①②各20人

持ち物 上靴、運動のできる服装、ヨガマット(バスタオルでも可)

申し込み 1月16日(土)(必着)までに往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入し、☎584-0045山中田町一丁目5の50 東公民館へ(申し込み多数の場合抽選) ※来館して申し込む場合は、返信用のはがきを持参してください。

広告枠

電話番号 & 今月の休館日

※休館日は翌月の5日まで掲載。なお、休館日以外でも受け付けできない日や時間帯がありますのでご注意ください。

- 市民総合体育館 ☎ (24) 2265
1/1～4
- 青少年スポーツホール ☎ (29) 3778
1/1～4
- 総合スポーツ公園 ☎ (35) 2121
1/1～4
- 図書館
中央☎ (25) 4921・金剛☎ (28) 1171
1/1～4、11、12、18、25、2/1
- 公民館
中央☎ (24) 3333・金剛☎ (28) 1121
東☎ (25) 1772・喜志分館☎ (25) 7966
1/1～4、11、12、18、25、2/1
- 人権文化センター ☎ (24) 0583
1/1～3、10、11、17、24、31
- 児童館 ☎ (25) 0666
1/1～3、10、11、17、24、31
- 青少年センター(社会教育課) ☎ (24) 1451
1/1～4、11、18、25、2/1
- すばるホール ☎ (25) 0222
1/1～4、18、19、25、2/1
- レインボーホール(市民会館) ☎ (25) 1117
1/1～3、6、13、20、27、2/3
- 市民公益活動支援センター ☎ (26) 7887
1/1～3、9～11、16、17、23、24、30、31
- 総合福祉会館 ☎ (25) 8261
1/1～3、11
※毎週木曜日と1/4は浴場の利用はできません。
- かがりの郷 ☎ (20) 6070
1/1～3、11
※毎週月曜日と1/4は浴場の利用はできません。
- けあばる ☎ (28) 8600
ウエルネスけあばる ☎ (28) 8668
1/1～4、11、18、25、2/1
- 農業公園サバーファーム ☎ (35) 3500
1/1～4、12、18、25、2/1
- 旧杉山家住宅・寺内町センター ☎ (23) 6117
じないまち交流館 ☎ (26) 0110
旧田中家住宅 ☎ (25) 6771
1/1～6、12、18、25、2/1
- きらめきファクトリー(観光交流施設) ☎ (24) 5500
1/1～3
- 消防本部 ☎ (23) 0119
金剛分署 ☎ (29) 0119

※年末年始の休館日は、4ページにも記載。



スポーツ

1月・2月の 東公民館ホール一般開放

利用内容と貸出遊具 卓球、バドミントン、フリーテニス、輪投げ、インディアカ、カラーボール

とき 1月10日～2月28日の毎週日曜日(1月31日は除く)、いずれも午前9時～午後5時

使用料 無料 **持ち物** 上靴

問い合わせ 東公民館

健康づくり教室 (10回)

《水泳の部》

①はじめてスイミング 2月2日～4月5日の火曜日、午後1時～2時

②スイムトレーニング 2月2日～4月5日の火曜日、午後2時30分～3時30分

③アクアビクス 1月27日～3月30日の水曜日、午前11時～正午

④4泳法チャレンジ 1月27日～3月30日の水曜日、午後1時30分～2時30分

⑤クロールからのステップアップ 1月27日～3月30日の水曜日、午後3時～4時

⑥クロール入門 1月21日～4月7日の木曜日(2月11日、3月10日は除く)、午後1時～2時

⑦水中ウォーキング 1月21日～4月7日の木曜日(2月11日、3月10日は除く)、午後2時30分～3時30分

⑧平泳ぎプラス 1月29日～4月1日の金曜日、午後1時～2時

⑨リラックススイミング 1月29日～4月1日の金曜日、午後2時30分～3時30分

⑩アクアトレーニング 1月23日～3月26日の土曜日、午後2時～3時

《陸上の部》

⑪バランスボール 2月2日～4月12日の火曜日(3月29日は除く)、午後2時30分～3時30分

⑫フラダンス 1月21日～3月31日の木曜日(2月11日は除く)、午前9時45分～10時45分

⑬ピラティス 1月21日～3月31日の木曜日(2月11日は除く)、午前11時～正午

⑭ヨガ 1月21日～3月31日の木曜日(2月11日は除く)、午後1時～2時

⑮ライトヨガ 1月21日～3月31日の木曜日(2月11日は除く)、午後2時30分～3時30分

ところ ウエルネスけあばる

対象者 高校生以上の人

定員 各15人(ただし、③⑦⑩は各20人、⑪は10人) **参加費** 各5000円

※施設利用料は別途必要です。

申し込み 1月6日(※)、午前9時～、ウエルネスけあばるへ

※いずれも申し込み先着順。

総合スポーツ公園テニススクール生募集 ところ 総合スポーツ公園

とき 第6期=2月4日(※)～3月30日(※)(全8回)

月・火・水・木・金曜日		土曜日	
① 9:30～11:00	一般	⑥ 9:30～11:00	一般
② 11:00～12:30		⑦ 11:00～12:30	一般
③ 13:00～14:30	ジュニアA	⑧ 13:00～14:00	ジュニアA
④ 15:20～16:50		⑨ 14:00～15:00	ジュニアB
⑤ 16:00～17:00		⑩ 15:00～16:00	ジュニアB

対象者 一般=初・中・上級、キッズ=4～5歳、ジュニアA=6歳～小学2年生、ジュニアB=小学3～6年生

受講料 ①～④ 1万2960円、⑤⑧ 8640円、⑥⑦ 1万5120円、⑨⑩ 1万800円

申し込み 1月25日(※)～、総合スポーツ公園へ

※新規受講者には、初回1期分の受講料が半額になるキャンペーンを実施中です。

また、家族割り引きなどもありますので、詳しくはお問い合わせください。

※体験レッスンを随時受け付け(受講料1人540円で1回のみ受講可、キッズ・ジュニアは無料)。

地域ファミリーレクリエーション事業“いつでも、どこでも、だれでも”参加者募集

市スポーツ推進委員協議会では、同事業を毎月実施していますので、ぜひご参加ください。

イベント名	ところ	とき	内容
①身障者スポーツフィットネス	富田林小学校	※17日(※)は、市総合防災訓練実施のため、今月はお休みします。	
②ファミリーレクリエーション	大伴小学校		
③健康ウォーキング	寺池台小学校	24日(※)	午前10時～ グラウンドゴルフ・ニュースポーツなど 午前8時～ 瀧谷不動尊方面

※いずれも当日直接会場へ、参加費無料(ただし③は交通費、拝観料など実費が必要な場合があります)。

問い合わせ スポーツ振興課〔☎(20)0390〕(ただし土・日曜日、祝日は市民総合体育館)