

子ども読書活動推進講演会

📅11月29日(水)、午前10時～11時30分
📍金剛公民館

📌特別なニーズを持つ子どもたちの健やかな成長を支えるための講座

定30人 無料

講師 葛井 展子さん (桃花塾児童部施設長)

📅11月7日(火)～、金剛図書館へ (申し込み先着順、電話申し込み可)

※就学前の子どもの託児を希望する人は、お問い合わせください。

足の冷え・むくみ 不快な症状解消講座

📅12月21日(木)、午後2時～3時
📍レインボーホール (市民会館)

📌足の冷え、むくみ、足がつる、だるい症状を軽くするセルフケアを紹介

📌自分で歩行が可能な人

定20人 700円

📌締め付けない服装、スポーツタオル2枚、飲み物

※タイツ、ストッキング不可。

📅11月6日(月)、午前10時～、電話またはファクス、メールに、講座名、氏名、電話番号を明記し、レインボーホール [FAX(24)5996・✉info@rainbowhall.jp] へ (申し込み先着順)

講演会「浮ヶ澤古墳の埴輪群は何を語る? -知られざる石川流域の古墳-」

📅11月12日(日)、午後1時30分～3時
📍大阪府立近つ飛鳥博物館

📌浮ヶ澤古墳の埴輪に関する講演

定150人 無料 (別途入館料必要)

📍府立近つ飛鳥博物館 ☎(93)8321

がんばった人に花まる!

●第26回富田林市美術協会展会員作品

《大賞》星野 吉治 (洋画)

《準大賞》山口 慶翠 (書) / 美越 孝一 (彫刻)

新刊案内

百名山殺人事件 梓 林太郎
やさしい布ぞうり 日本ヴォーグ社

じゅうたんコーナーでのよみきかせ

中央図書館 11月12日(日)、19日(日)、12月3日(日)、午前10時30分～11時

金剛図書館 11月11日(土)、25日(土)、午後2時～2時30分

おはなし会

中央図書館 11月26日(日)、午前10時30分～11時

金剛図書館 11月18日(土)、12月2日(土)、午後2時～2時30分



《会長賞》深澤 文恵 (日本画) / 西川 享 (洋画)

一般公募作品

《市長賞》中井 鶴彦 (洋画) / 長野 耕造 (洋画)

《教育委員会賞》原野 百合子 (洋画) / 山中 栄子 (洋画) / 和泉 清 (写真)

《すばる賞》厨子 肇 (洋画) / 西澤 玲子 (洋画)

《JA大阪南賞》安田 末子 (日本画) / 東尾 勇 (洋画) / 蓮尾 翠波 (書) / 木森 義修 (写真)

《富田林商工会賞》谷口 峰子 (洋画) / 宮崎 英子 (洋画) / 竹上 公子 (洋画) / 矢倉 更紗 (書)

《富田林ロータリークラブ賞》奥宮 陽子 (日本画) / 澤 正彦 (洋画) / 高柳 義宏 (洋画) / 小堀 順子 (書)

●第71回市民体育大会

◇サッカーの部

《一般男子》優勝 SOLEIL / 準優勝 サイクロン / 第3位 じうん

◇バスケットボールの部

《一般男子》優勝 EXTREME / 準優勝 ガチンコバスケットクラブ / 第3位 LOBELIA

あかちゃんのおはなし会

●ひよこ組 = 6カ月～1歳未満の赤ちゃんと保護者

中央図書館 11月17日(金)、午前10時10分～10時40分

金剛図書館 11月9日(木)、午前10時10分～10時40分、午前11時10分～11時40分

●うさぎ組 = 1歳児と保護者

中央図書館 11月17日(金)、午前11時10分～11時40分

金剛図書館 11月16日(木)、午前10時10分～10時40分

●くま組 = 2歳児と保護者

金剛図書館 11月16日(木)、午前11時10分～11時40分

※先着各10組程度、ハンカチ持参。

※いずれも当日、直接会場へ。

《一般女子》優勝 REMIX / 準優勝 NYC / 第3位 双六

●市民スポーツ・レクリエーション祭

◇カーリンコンの部

優勝 バイカモ3 (田中 裕彦・二宮 眞澄・山本 梅治) / 準優勝 バイカモ4 (麻野 茂子・中野 恭子・廣野 香代子) / 第3位 梅の里3 (諏訪 健二・山田 蘭子・渡辺 忍)

◇インディアカの部

《女子》優勝 つばさB

《混合》優勝 フェザータッチ

《シニア》優勝 レッドウィング

🔍 **クラブ員募集**

富謡会 (謡曲)

📍市内在住・在勤の人 📍若干名

📅毎月第1・2・4火曜日、午後1時～4時 📍金剛公民館 📍月額1000円 (別途教材費実費) 📍📅日野 厚実さん ☎090(9270)4629

📍お問い合わせ

保健医療

子育て

相談

くらし

イベント

①=とき、場=ところ、内=内容、対=対象者、定=定員、費=費用、持=持ち物、申=申し込み、問=問い合わせ

保健医療

子育て

相談

くらし

ふん



カルチャー

けあばる園芸講座

季節の寄せ植えを作りましょう。
 ①11月30日(木)、午後1時30分～3時30分 場けあばる
 定18人 (最少催行人数5人)
 費2500円 (材料費を含む)
 持持ち帰り用の袋、汚れてもよい服
 申11月15日(水)、午前9時～、電話で、けあばるへ(定員3人、申し込み先着順)
 ※11月6日(月)、午前7時～、けあばるホームページ [https://carepal.or.jp] から申し込みできます(定員15人、申し込み先着順)。
 ※同講座は(一財)富田林市公園緑化協会との共催で開催します。

こどもクラフト教室

枝を使ってサンタさんとトナカイさんを作りましょう。
 ①12月2日(土)、午後1時30分～3時30分 場けあばる 対小学生
 定18人 (最少催行人数5人)
 費500円 (材料費を含む)
 持汚れてもよい服
 申11月15日(水)、午前9時～、電話で、けあばるへ(定員3人、申し込み先着順)
 ※11月6日(月)、午前7時～、けあばるホームページ [https://carepal.or.jp] から申し込みできます(定員15人、申し込み先着順)。
 ※同講座は(一財)富田林市公園緑化協会との共催で開催します。

クラフトイン 寺内町

①11月11日(土)、午前10時30分～午後0時30分、午後1時～3時、
 ②11月12日(日)、午前10時～正午、
 ③11月16日(木)、午前10時～午後4時(1人約30分)、④11月23日(祝)、午前11時～午後1時、⑤12月3日(日)、午前11時～正午、午後2時～3時
 場じないまち交流館
 内①アクリルフェルトで作る肉球スポンジ、②プリザーブドフラワーでクリスマスツリーを作る、③ヨーヨーキルトでつくる苦難ざるタペストリー、④立体切り絵(桜)と和紙のお話、⑤まねき猫(貯金箱)絵付け体験
 対①中学生以上の人、②⑤どなたでも(小学生以下保護者同伴)、③針と糸またはボンドを使用できる人、④10歳以上の人(小学生は保護者同伴)
 定①各5人、②10人、③20人、④6人、⑤各10人
 費①1500円、②3850円、③1000円、④1500円、⑤1000円
 持①③なし、②はさみ、④手元が見えにくい人は眼鏡、⑤エプロン、ウェットティッシュ
 申11月6日(月)～、①はいぬ家 [☎080(4491)6414]、②はぶぶれBUPLE [☎(21)3549]、③は大正紹漫 [☎(51)4411・✉kotsubu.roman@gmail.com]、④は今昔の玉手箱 [☎090(1155)9844・✉schildkrote.1221@gmail.com]、⑤は香夢庵 [☎090(9216)0709(土・日曜日、午前11時～午後9時)・✉kamuan.jinaimati@gmail.com] (申し込み先着順)

いきいき♪ 前向きになろう 終活講座～これからの人生をよりよく生きるために～

①12月1日(金)、8日(金)、15日(金)、いずれも午後2時～4時(全3回)
 場人権文化センター
 内自分の想いと向き合うきっかけとして、人生のエンディングに必要なことを学ぶ
 対市内在住・在勤・在学の人
 定16人 (最少催行人数4人)
 費無料 持筆記用具
 申11月21日(火)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)

第14回こども祭り出演者・出店者募集

ゲーム、雑貨、食品の出店や、舞台上で音楽、ダンスなどを披露いただける人を募集します。
 ①令和6年1月20日(土)、午前10時～午後3時
 場レインボーホール(市民会館)
 定ブース出店=20団体予定、舞台出演=5団体予定(各20分程)
 費出店料=1ブース(2m×3m)2000円、舞台出演料=無料
 申11月6日(月)～20日(月)、午後5時30分までに、レインボーホールに備え付けの申込書に必要事項を記入し、同ホールへ(電話申し込み不可)
 ※申込書は同ホールホームページ [http://rainbowhall.jp/] からダウンロードもできます。
 ※選考を行い、結果を連絡します。

スマートフォン・パソコン教室

講座名	とき	ところ	内容	対象者	定員	費用	持ち物	申し込み
シニアのためのスマホ教室	①11月13日(月)、15日(水)、20日(月)、②24日(金)、29日(水)、12月1日(金)、いずれも午後1時30分～4時30分(①②ともに全3回)	①Topic(きらめき創造館)、②かがりの郷	電源の入れ方、LINE、地図アプリの使い方、証明書のオンライン申請など	市内在住のおおむね60歳以上の人	①②各12人	無料	Androidスマートフォン	11月6日(月)～、電話で、NPO法人きんぎょうえぶ [☎(29)0019] へ(申し込み先着順)
障がいのある人のためのパソコン講習会	12月1日(金)、4日(月)、5日(火)、午後1時～4時(全3回)	市役所	パソコンを使ってインターネット、アプリ体験など	市内在住の身体障がい者手帳、療育手帳(軽度)を所持するパソコン初心者の人	8人	無料	Androidスマートフォン	11月6日(月)、午前10時～、電話で、障がい福祉課へ(申し込み先着順)



カルチャー

はじめてさんのかぎ針編み講座

針と糸の持ち方や編み方を学び、かぎ針編みモチーフを作り、繋げて小物にします。

◎12月9日(土)、16日(土)、午後1時30分～3時30分(全2回)

場 人権文化センター

対 市内在住・在勤・在学の人

定 10人(最少催行人数3人)

料 330円(毛糸代)

持 6号かぎ針(貸し出しあり)

申 11月14日(火)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)

切り絵で作る年賀状

◎11月22日(水)、午前10時～正午

場 東公民館

対 市内在住・在勤・在学の人

定 8人 料 600円 持 筆記用具

申 11月6日(月)～、山崎 満子さん(きりえクラブ)【☎(35)1291】(午後5時まで)へ(申し込み先着順)

Let's!! 英語でクリスマスパーティー



ダイブ先生(英語講師)と一緒にクリスマスソングやゲームを楽しみましょう。

◎12月10日(日)、①午前9時30分～10時30分、②午前11時～正午

場 Topic(きらめき創造館)

対 ①4歳～6歳の就学前の子ども(保護者同伴)、②小学1年生～3年生(保護者1人の見学も可)

定 各35組 料 無料

持 筆記用具、飲み物

申 11月10日(金)までに、メールに講座名、住所、氏名、電話番号を明記し、株式会社リリク【✉chinami@ririku.jp】へ(申し込み多数の場合抽選)

※クリスマスコスチュームでの参加もできます。

ウィズネット研修会 ジェンダーおしゃべりカフェ

本市の男女共同参画行政に関わった講師と、ジェンダーについて話しましょう。

◎11月28日(火)、午後6時30分～8時
場 市男女共同参画センターウィズ(すばるホール3階)

定 15人 料 無料

講師 渡部 るりさん(株式会社リニエール 執行役員)

申 11月24日(金)までに、電話またはファクス、メールに、講座名、氏名、電話番号を明記し、人権・市民協働課【(内線472)・FAX(25)9037・✉jinken@city.tondabayashi.lg.jp】へ(申し込み多数の場合抽選)

肩・腰・股関節・膝の不快症状を改善! 骨盤体操

◎11月20日(月)、午後2時～3時30分
場 レインボーホール(市民会館)

内 背骨、骨盤周りの筋肉をほぐし、首肩腰膝などの不快症状を予防・解消する
対 ご自身で歩行が可能な人

定 25人 料 600円(当日払い)

持 動きやすい服装、靴、バスタオル、フェイスタオル、飲み物

申 11月6日(月)、午前10時～、電話またはファクス、メールに、講座名、氏名、電話番号、年齢を明記し、レインボーホール【FAX(24)5996・✉info@rainbowhall.jp】へ(申し込み先着順)

※ラジオ体操の指導もあります。

じないまち歴史散策(第2回)

江戸時代後期の古図で富田林寺内町を巡ります。昼食は交流館で寺内町のお店のお弁当をいただきます。

◎11月25日(土)、午前10時30分～午後2時
場 じないまち交流館 定 20人

料 3000円(昼食代、旧杉山家住宅入館料、傷害保険料を含む)

持 動きやすい服装

申 11月7日(火)、午前10時～、じないまち交流館へ(申し込み先着順)

文学講座「田辺文学と大阪弁」

◎12月9日(土)、午後2時～3時30分
場 中央公民館 定 30人 料 無料

講師 田原 広史さん(大阪樟蔭女子大学教授)

申 11月7日(火)、午前10時～、中央図書館へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

～障がい者週間のつどい～ 第64回市民劇場

◎12月9日(土)、①午後1時30分～4時(午後1時開場)、②正午～午後4時
場 レインボーホール(市民会館)

内 ①市民団体による舞台発表会、サウンドジャグラージャズオーケストラのコンサート、②芸術作品展示、福祉団体出店

料 無料(当日、招待券または入場券を持参ください。当日参加もできます。)
※11月6日(月)～、1階事務室で入場券を配布します。

場 レインボーホール

11・12月のレインボーホール(市民会館) 講座

講座名	とき	定員	参加費
能楽・謡曲講座 「謡」「仕舞」編	11月14日(火)、28日(火)、12月5日(火)、12日(火)、19日(火)、午前11時～午後4時30分の間で、1人各30分(月2回)	各10人	月額3000円(初回無料) ※両方受講の場合は、月額5000円。
身体の不調は自分で治す! 背骨コンディショニング	11月10日(金)、24日(金)、12月15日(金)、22日(金)、午後1時30分～2時30分、午後3時～4時	各15人	700円
かんたんZUMBA ～楽しくシェイプアップ& ストレス発散～	11月10日(金)、24日(金)、12月1日(金)、15日(金)、午後1時30分～2時30分	各25人	400円
申し込み	11月6日(月)、午前10時～、レインボーホールへ(申し込み先着順、電話申し込み可)		



イベント

シニアクラブ作品展への出展作品を募集

📅11月11日(土)～14日(火)、午前10時～午後5時

📍総合福祉会館

募集作品 絵画、彫刻、書道、手芸など

※出品は1人1点または1組です。

👤市内在住で60歳以上の人(シニアクラブ会員以外の人も出展できます)

📅11月8日(水)～9日(木)、午前10時～午後5時に、総合福祉会館に備え付けの申込書に必要事項を記入し、作品とともに総合福祉会館へ

※作品は11月15日(水)、午前10時～午後5時に引き取りに来てください。

大阪商店街めぐりデジタルスタンプラリー

大阪府内の対象商店街をめぐって素敵な賞品をゲットしましょう。

スタンプラリー期間 ショートコースは12月10日(日)まで、88カ所めぐりコースとオールコンプリートコースは12月23日(土)まで

※詳しくは府ウェブサイトをご覧ください。



📍府商店街店舗魅力向上支援事業事務局 ☎06(6636)1034

第73回市民文化祭

●郷土文化大会

📅11月25日(土)、午後1時30分～
📍すばるホール2階小ホール

📍郷土文化の研究発表会他

👤100人

🎫無料(当日直接会場へ)

📍すばるホール

サバーファームだより

①ホウレンソウ種まき体験

📅12月3日(日)、午前10時30分～正午

👤30人 🎫無料

②ミカン大福づくり

📅11月19日(日)、26日(日)、午前10時30分～正午、午後0時45分～2時

👤各20人 🎫500円

③キウイ大福づくり

📅12月3日(日)、午前10時30分～正午、午後0時45分～2時

👤各20人

🎫500円

④フルーツサンドづくり

📅11月12日(日)、午前10時30分～正午、午後1時～2時30分

👤各15人

🎫1000円

⑤ミニサバーフェスタ

📅11月26日(日)、午前9時30分～午後2時

※①～④は当日午前9時30分～受け付け(申し込み先着順)、⑤は当日直接会場へ。

📍サバーファーム ☎(35)3500

カップリングパーティー

南河内地域に在住しているまたは同地域に興味のある独身の人を対象に開催します。

📅12月17日(日)、午前9時～(午前8時30分～受け付け)

📍富田林駅近郊に集合予定

👤20歳～45歳の独身の男女

👤男女各20人

🎫男性4000円、女性2000円

📍申し込み方法などの詳細は11月6日(月)以降に富田林商工会青年部 ☎(25)1101のホームページ [https://tonshow-seinenbu.com/] をご覧ください。

たび旅とんだばやし ～河内西国の古寺を巡るバスツアー～

富田林周辺の河内西国の古寺(浄谷寺、楠岬庵観音寺、叡福寺、西方院)を巡るバスツアーです。

📅📍12月3日(日)、午前10時、きらめきファクトリー集合、午後5時ごろ近鉄長野線「富田林駅」解散予定
👤24人

🎫5500円(入山料、昼食代含む)

📍11月26日(日)までに、きらめきファクトリーへ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)

※観光交流施設きらめきファクトリー公式LINE(右図)からも申し込みできます。



広告枠

※広告の問い合わせは、S T総合広告 ☎072(368)1227・FAX 072(368)1228 へ

体幹トレーニング教室

体幹を鍛えることでからだのバランスを整え、姿勢を美しく保つことで怪我や転倒を予防しましょう。

◎11月18日(土)、23日(祝)、12月9日(土)、午前11時～正午

場けあばる

定各20人(最少催行人数各5人)

料220円(別途施設利用料実費)

持動きやすい服装、飲み物、タオル
申11月7日(火)、午前11時～、電話で、けあばるへ(定員各5人、申し込み先着順)

※11月6日(月)、午前7時～、けあばるホームページ [https://carepal.or.jp] から申し込みできます(定員各15人、申し込み先着順)。

ウィンターテニスレッスン

楽しみながらテニスの基礎を学びましょう。

◎12月10日(日)、①午後1時15分～2時15分、②午後2時30分～3時30分、③午後3時45分～4時45分

場総合スポーツ公園

対①5歳～小学2年生、②小学1～4年生、③小学3～6年生

定各10人 料1000円(当日徴収)

持動きやすい服装、タオル、飲み物
申11月27日(月)、午前10時～、総合スポーツ公園へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

チャイルドジム

鉄棒・跳び箱・マット運動を楽しくレベルアップします。

◎毎週木曜日=午後3時40分～4時30分、毎週金曜日=午後3時40分～4時30分

場市民総合体育館 対3歳～5歳

定各2人 料月額5000円

持動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物

申11月6日(月)～、市民総合体育館へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

キッズチアダンス教室 1回無料体験会

◎①11月9日(木)、16日(木)、30(木)、

②11月10日(金)、17日(金)、24(金)、いずれも午後3時30分～4時20分

場市民総合体育館

内ポンポンを使ったダンスなど

対①4歳～5歳、②5歳～6歳

定各3人

持動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物

申11月6日(月)、午前10時～、市民総合体育館へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

11月・12月の 東公民館ホール一般開放

◎11月5日～12月24日の毎週日曜日(11月12日を除く)、午前9時～午後5時

利用内容と貸出遊具 卓球、バドミントン、インディアカなど

料無料

持上靴

場東公民館

けあばるこどもスイミング教室

◎12月1日～27日の毎週水、金、土、日曜日のいずれか

場ウエルネスけあばる

対市内在住・在学の小学生

定各5人

料月額5500円

※時間や内容、申し込み方法など詳しくは、けあばるホームページ [https://carepal.or.jp] をご覧いただくか、お問い合わせください。

場けあばる

鬼ごっこを極める!

鬼ごっこを楽しみながら、サッカー・ラグビー・バスケットボールなどにいきるスキルを学ぼう。

◎11月25日(土)、午前10時～正午

場総合スポーツ公園

対小学生

定100人

料1000円(当日徴収)

持動きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物

申11月6日(月)、午前10時

～右図から申し込み(申し込み先着順、電話申し込み

不可)

場市民総合体育館

※当日保護者に鬼のお手伝いを募集します。走れる靴・服装でお越しください。



イベント

第20回共に生きる障がい者展

障がいのある人もない人も「ともに、楽しむ・学ぶ・分かち合う」イベントです。

◎11月18日(土)、19日(日)、午前10時～午後4時

場国際障害者交流センター(ビッグ・アイ)(堺市南区茶山台一丁目8の1)

料無料(当日直接会場へ)

場府民お問合わせセンターピピッとライン [☎06(6910)8001・FAX06(6910)8005]

こども作品展

◎11月18日(土)、午後2時～5時

※午後3時～、表彰式を開催します。

場レインボーホール(市民会館)2階展示室(表彰式は1階中ホール)

内書道、絵画、工作の作品展

料無料(当日直接会場へ)

場生涯学習課 [☎(26)8056]



電話番号 & 今月の休館日

- ※休館日は翌月の5日まで掲載。
- 市民総合体育館 ☎(24)2265
なし
 - 青少年スポーツホール☎(29)3778
※当面の間臨時休館。
 - 総合スポーツ公園 ☎(35)2121
なし
 - 図書館
中央☎(25)4921・金剛☎(28)1171
11/ 6、13、20、27、12/ 4
 - 公民館
中央☎(24)3333・金剛 ☎(28)1121
東☎(25)1772・喜志分館☎(25)1117
11/ 3、6、13、20、23、27、12/ 4
 - 人権文化センター ☎(24)0583
11/ 3、5、12、19、23、26、12/ 3
 - 児童館 ☎(25)0666
11/ 3、5、12、19、23、26、12/ 3
 - ^{トピック}きらめき創造館☎(26)8056
11/ 3、23
 - すばるホール ☎(25)0222
11/ 6、13、20、27、12/ 4
 - レインボーホール(市民会館) ☎(25)1117
11/ 1、3、8、15、22、29
 - 市民公益活動支援センター ☎(26)7887
11/ 3、4、5、11、12、18、19、23、25、26、12/ 2、3
 - 総合福祉会館 ☎(25)8261
11/ 3、23 ※毎週木曜日は浴場の利用はできません。
 - かがりの郷 ☎(20)6070
11/ 3、23 ※毎週月曜日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
11/ 6、13、20、27、12/ 4
 - 農業公園サバーファーム ☎(35)3500
11/ 6、13、20、27、12/ 4
 - 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
11/ 6、13、20、27、12/ 4
 - きらめきファクトリー ☎(24)5500
なし
 - 消防本部・消防署 ☎(23)0119
金剛分署 ☎(29)0119
消防災害情報案内 ☎(69)9119
 - 防災情報音声案内サービス(防災無線音声確認) ☎0800(805)5653



スポーツ

水泳プライベートレッスン

- ①11月12日(日)、12月3日(日)、午後0時15分～0時45分、0時45分～1時15分、11月14日(火)、午前11時30分～正午、正午～午後0時30分、0時30分～1時
- 場ウエルネスけあばる
 ①小学生以上の人 ②各1人(合計6人)
 ③¥1500円(別途施設利用料実費)
 ④水着、スイミングキャップ、ゴーグル
 ⑤11月7日(火)、午前11時～、電話で、けあばるへ(定員3人、申し込み先着順)
 ※11月6日(月)、午前7時～、けあばるホームページ [https://carepal.or.jp] から申し込みできます(定員3人、申し込み先着順)。

11月・12月ボール教室

- ①11月12日(日)、②12月17日(日)、③12月26日(火)、午前11時30分～午後0時30分 ※雨天中止。
- 場①②金剛中央公園グラウンド、③中野テニスコート(中野町西一丁目391)
 ④①②野球ボールなどを使ったさまざまな遊び、③テニス遊び
 ⑤4歳～小学6年生 ⑥各20人
 ⑦¥1100円
 ⑧動きやすい服装、運動靴、飲み物
 ⑨11月6日(月)、午前10時～、市民総合体育館ホームページ [https://shisetsu.mizuno.jp/m-7129] から申し込み(申し込み先着順)

ミカン狩りハイキング

- ハイキングでゲームやクイズを楽しみながらミカン狩りをしましょう。
- ①11月23日(祝)、午前9時30分に近鉄長野線「汐ノ宮駅」集合、午後2時ごろ現地で解散 ※雨天中止。
- 場城山オレンヂ園(伏見堂1003)
 ②市内在住・在学・在勤の人
 ③30人
 ④中学生以上900円、小学生800円、幼児600円(入園料、プログラム費、保険代込み)
 ⑤弁当、飲み物、レジャーシート
 ⑥11月6日(月)～10日(金)に、参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢、代表者の住所、電話番号を明記し、ファクスまたはメールで、生涯学習課 [☎(26)8062・FAX(26)8064・✉s-gaku@city.tondabayashi.lg.jp] へ(申し込み先着順、電話申し込み不可)

脳トレ・ロコトレ教室

- 頭と身体をリフレッシュ! 足腰のトレーニングも行います。
- ①11月13日(月)、12月11日(月)、午前10時～11時
- 場市民総合体育館 ②18歳以上の人
 ③各15人 ④¥700円
 ⑤動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物
 ⑥11月6日(月)、午前10時～、電話で、市民総合体育館へ(申し込み先着順)
 ※市民総合体育館ホームページ [https://shisetsu.mizuno.jp/m-7129] から申し込みできます。

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、毎月以下のイベントを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	19日(日)	午前10時～ グラウンドゴルフ
②ファミリーレクリエーション	大伴小学校		
③ファミリースポーツ大会	寺池台小学校		午前10時～

※いずれも当日直接会場へ、参加費無料(ただし、交通費、拝観料など実費が必要な場合があります)。
 ④生涯学習課 [☎(26)8062] ※当日は [☎080(442)6663] (生涯学習課直通) へ。