



カルチャー

企画展 富田林と相撲の歴史

富田林に残る資料から、かつて盛んだった「村相撲」の歴史を紹介します。
📅 2月8日(土)～3月23日(日) (休館日は除く)

※3月2日(日)、午後1時～2時、講演「富田林と相撲史」同時開催。

講師 山中 浩之さん (大阪府立大学名誉教授)

📍 寺内町センター **👥** 20人 **🎫** 無料
📅 2月8日(土)～、旧杉山家住宅へ(申し込み先着順、電話申し込み可)



※右図からも申し込み可。

～日本の踊り～シリーズ③ 沖縄県:エイサーとカチャーシー

エイサーは、地域繁栄や家族の健康を願い、祈りを込めて踊る民族芸能です。カチャーシーは祝いの席などで踊られます。エイサーとカチャーシーで元氣と勇氣をもらいましょう。

📅 2月22日(土)、3月8日(土)、22日(土)、29日(土)、午後1時30分～3時30分 (全4回)

📍 中央公民館 **👥** 15人
 ※小学3年生以下は保護者同伴。

🎫 無料 ※パーランクールの購入を希望する人は約3000～4000円。

👕 飲み物、動きやすい服装

📅 2月12日(水) (必着) までに、来館、またははがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢または学年、電話番号を明記し、〒584-0093本町16の28 中央公民館へ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み不可)

スマートフォン教室

講座名	とき	ところ	内容	対象者	定員	費用	持ち物	申し込み
スマホデビューからもう一歩! LINE・スマホ決済体験講座	3月13日(日)、午後2時～4時	総合福祉会館	スマートフォンを使用して、LINE、スマホ決済、二次元コードなどを学ぶ	市内在住の60歳以上の人、ひとり親家庭の親および子、障がい者手帳を有する人	20人(最少催行人数6人)	無料	※貸し出しのスマートフォンを使用します。	2月6日(日)、午前10時～、電話で、総合福祉会館へ(申し込み先着順)

じゅうたんコーナーでのよみきかせ

中央図書館 2月16日(日)、23日(祝)、3月2日(日)、午前10時30分～11時

金剛図書館 2月8日(土)、15日(土)、22日(土)、午後2時～2時30分

おはなし会

中央図書館 2月9日(日)、午前10時30分～11時

金剛図書館 3月1日(土)、午後2時～2時30分

やってみよう図書館の仕事in春休み

📅 3月25日(火)、午前9時30分～午後0時30分

📍 中央・金剛図書館

👥 図書館の仕事を体験 **👥** 各館6人
🎫 小学4～6年生 **🎫** 無料

📅 2月6日(水)～28日(金) (午前10時～) に、各館へ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)

※3月10日(月)までに当選者のみはがきで連絡します。
 ※右図からも申し込み可。



おひなさまづくりワークショップ

接着剤とちりめん生地を使っておひなさまを作ります。

📅 2月7日(金)～3月7日(金)、午前10時～11時30分、午後1時～2時30分 (休館日は除く)

📍 じないまち交流館

👥 小学生以上の人
 ※小学生は保護者同伴。

👥 25人 **🎫** 800円

👜 持ち帰り用の袋、手を拭くタオル
📅 2月6日(水)～、じないまち交流館へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

あかちゃんのおはなし会

●ひよこ組＝おおむね6カ月～1歳未満の赤ちゃんと保護者

中央図書館 2月21日(金)、午前10時10分～10時40分

●うさぎ組＝おおむね1歳児と保護者
中央図書館 2月21日(金)、午前11時10分～11時40分

※先着各15組、薄手のハンカチ持参。
 ※いずれも当日、直接会場へ。
 ※金剛図書館は工事のため中止。

がんばった人に花まる!

●令和6年度「中学生の税についての作文」

《最優秀賞》中川 詩乃さん (喜志中学校3年生)

《市教育委員会教育長賞》西尾 凜奈さん (第二中学校3年生)

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

シニア健康維持クラブ(硬式テニス)

A 市内在住で65歳以上の人 **B** 若干名 **C** 毎週火・木曜日、午前9時～11時 **D** 中野テニスコート **E** 入会金500円、年会費3600円、月額300円 **F** **G** 林さん【☎090(1158)5434】

新小トータス(軟式野球)

A 小学生 **B** 若干名 **C** 毎週土・日曜日および祝日、午前9時～午後5時 **D** 中野3号公園グラウンド **E** 月額4000円(4年生以下は3000円) **F** **G** 熊野さん【☎090(4646)1313】

保健医療

子育て

相談

くらし

ゆとり

⓪=とき、Ⓜ=ところ、Ⓜ=内容、Ⓜ=対象者、Ⓜ=定員、Ⓜ=費用、Ⓜ=持ち物、Ⓜ=申し込み、Ⓜ=問い合わせ

3月 公民館クラブ体験月間

3月の公民館クラブの活動日程は下記の通りです！
一度体験してみませんか？



中央公民館

内容	とき ※いずれも3月。	募集人数
合唱 (体験)	1日(土)、午後6時～9時	10人
ソフトエアロビクス(体験、女性のみ)	2日(日)、午前10時～11時30分	5人
生花 (見学)	4日(火)、午前10時～11時30分	3人
手話 (体験)	4日(火)、午前10時30分～11時30分	5人
生花 (体験)	4日(火)、午後1時～3時	4人
書道・硬筆 (体験)	4日(火)、午後6時～7時	5人
社交ダンス (体験)	4日(火)、午後6時～8時30分	10人
ヨガ(体験・見学、女性のみ)	5日(水)、午前9時45分～10時30分、午前10時45分～11時30分	各5人
日本舞踊 (体験)	5日(水)、午前10時～11時	10人
絵画・水彩・色鉛筆 (見学・体験)	5日(水)、午後1時～4時50分	5人
手話 (見学)	5日(水)、午後7時10分～9時	5人
人形劇 (体験)	6日(木)、午前10時～正午	10人
栄養のお話と調理実習(体験)	6日(木)、午前10時～午後1時	5人
合唱 (体験・見学)	6日(木)、午前10時30分～11時30分	5人
謡曲 (体験)	6日(木)、午後1時～3時	5人
編み物 (体験)	6日(木)、午後1時～4時	10人
植物画 (体験)	6日(木)、午後1時30分～3時30分	5人
生花 (体験)	6日(木)、午後6時30分～8時30分	2人
落語 (体験)	6日(木)、午後6時30分～8時30分	15人
雅楽 (見学)	6日(木)、午後7時～8時	2人
リズム体操 (体験)	7日(金)、午後1時30分～2時30分	5人
石上露子の歌、学習 (見学)	9日(日)、午後1時40分～3時30分	5人
マリオネット (体験)	11日(火)、午前10時～正午	5人
童謡 (体験)	11日(火)、午後1時～3時30分	10人
富田林の歴史文化などの研究 (見学)	11日(火)、午後1時30分～4時30分	10人
油絵 (見学)	11日(火)、午後2時～4時	6人
健康体操 (見学)	12日(水)、午後1時30分～3時	10人
オカリナ (見学)	12日(水)、午後7時～8時30分	5人
平家物語を聞く (見学)	13日(木)、午後1時～2時30分	5人
水彩画 (体験・見学)	13日(木)、午後1時～4時	4人
着付け (体験)	13日(木)、午後1時15分～3時15分	5人
ズンパダンスとピラティス(体験)	13日(木)、午後1時30分～3時	10人
コーラス (体験)	14日(金)、午前9時30分～正午	10人
お点前 (体験)	14日(金)、午後1時30分～3時30分	5人
太極拳簡化24式・扇・剣(体験)	14日(金)、午後6時30分～8時30分	5人
調理実習・試食(体験、女性のみ)	21日(金)、午前9時40分～午後1時	5人
居合 (体験)	22日(土)、午後2時～4時	10人
合奏 (見学)	25日(火)、午前10時～11時30分	10人
川柳 (体験)	27日(木)、午後1時～3時	5人

東公民館

内容	とき ※いずれも3月。	募集人数
卓球 (体験)	1日(土)、午後1時～3時	5人
水彩画・アクリル画 (体験)	2日(日)、午後1時～5時	3人
書道 (体験)	4日(火)、午前9時30分～11時30分	5人
ズンパダンスとピラティス(体験)	4日(火)、午後1時～2時30分	10人
インディアカ (体験)	5日(水)、午前9時～正午	5人
健康体操 (体験)	6日(木)、午前10時15分～11時45分	7人
バドミントン (体験)	7日(金)、午前10時30分～正午	5人
日本舞踊・河内音頭 (体験)	7日(金)、午後1時～4時	10人
ウクレレ (体験)	8日(土)、午前10時～11時30分	5人
木彫り (体験)	9日(日)、午前9時30分～10時30分	3人
手話 (体験)	13日(木)、午後1時～2時30分	7人
ゴッタン三味線 (体験)	14日(金)、午前10時～正午	5人
卓球 (体験)	14日(金)、午後1時～2時30分	5人
バレーボール (体験)	22日(土)、午後6時～9時	5人
お筆 (見学)	25日(火)、午前9時～正午	5人
ピラティス (体験)	27日(木)、午後1時15分～2時15分	5人

金剛公民館

内容	とき ※いずれも3月。	募集人数
リズム体操 (体験・見学)	4日(火)、午前10時～11時40分	5人
女声コーラス (体験)	4日(火)、午後7時～7時45分	10人
歌謡 (体験・見学)	5日(水)、午後1時30分～3時	3人
手話【初級】(体験)	7日(金)、午前10時30分～11時45分	10人
日本舞踊 (体験)	7日(金)、正午～午後3時	5人
ヨガ (体験)	7日(金)、午後7時30分～8時30分	5人
合唱(体験、小・中学生のみ)	9日(日)、午前10時～11時	15人
クラシックギター (体験)	13日(木)、午後7時～8時	3人
フルート演奏 (体験)	14日(金)、午後3時30分～4時30分	5人
太極拳 (体験)	15日(土)、午後1時～3時	5人
中国語 (見学)	15日(土)、午後1時30分～3時30分	3人
水彩画・クレヨン静物画(見学)	16日(日)、午後1時15分～2時30分	12人
太極拳簡化24式 (体験)	18日(火)、午後1時～2時	10人
手話 (体験)	18日(火)、午後7時30分～8時30分	5人
手話歌 (体験)	19日(水)、午前10時20分～11時40分	20人
料理 (体験、女性のみ)	21日(金)、午前10時～午後1時	9人

Ⓜいずれも2月6日(木)～20日(木)に、各館へ来館または電話で申し込みください (申し込み先着順)
※費用や持ち物など詳しくは、お問い合わせください。

保健医療

子育て

相談

くらし

ゆとり

第17回総合福祉会館文化祭

🕒2月9日(日)、午前10時～午後4時
📍総合福祉会館 (当日直接会場へ)
📄舞台発表、お茶会、即売会、弁当販売、ワークショップなど
※一部有料の催しがあります。
※当日は浴場の利用はできません。
※駐車場に限りがあるため、可能な限り公共交通機関をご利用ください。
📞総合福祉会館

第21回草笛の家作品展

障がい者支援施設「草笛の家」の利用者が、「スポーツ」をテーマに力を合わせて作った作品を展示します。
🕒2月8日(土)、午前9時30分～午後5時、9日(日)、午前9時～午後3時30分
📍大阪狭山市文化会館 (SAYAKAホール) 展示ホール (大阪狭山市狭山一丁目875の1)
💰無料 (当日直接会場へ)
📞同展実行委員 ☎(90)3500

とんだばやしボランティアフェスタ2024

🕒2月23日(祝)、午前11時～午後3時
📍総合福祉会館
※駐車場に限りがあるため、可能な限り公共交通機関をご利用ください。
📄市内で活動しているボランティア団体の紹介や体験、市内作業所や地域のお店による物品販売など
💰無料 (当日直接会場へ)
📞市社会福祉協議会 ☎(25)8200

VRで学ぼう! 動物なかよし教室

動物とのふれあい方や、飼う時に守るべきことなどを学び、VRで動物とのふれあい体験をしよう。
🕒3月25日(火)、午前10時30分～11時30分
📍児童館
👤小・中学生 (保護者の参加も可)
※いずれかが市内在住・在勤・在学の人に限ります。
※VR体験は7歳以上。
👥20人
💰無料
📩2月18日(火)までに、電話で、児童館へ (申し込み多数の場合抽選)
📞右図からも申し込み可。



AIと友達になろう!

🕒3月1日(土)、午後1時～3時
📍^{トピック}Topic
📄今すぐ実践できるAIツール活用方法 (入門編)
👤講師 馬淵 勇貴さん (ITエンジニア)
👤中学生以上の人
👥20人
💰無料
🎒筆記用具、スマートフォン
📩2月21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、電話申し込み不可)
📞右図からも申し込み可。



第九ワークショップ

🕒①2月8日(土)、午後1時30分～3時30分、②3月2日(日)、午前10時～11時30分
📍すばるホール2階リハーサル室
※当日直接会場へ。
📄①音楽の学習で学んだ「よろこびの歌」を一緒に歌おう、②合唱経験を重ねてこられた方をコメントーターにお迎えし、ベートーヴェンが願った博愛の心や「第九」の合唱を語り合おう
👤小学生以上の人 📄各40人
💰500円 (18歳以下は無料)
📞永井さん (すばる第九を歌う会) ☎090(9042)4565 (午前9時～午後5時まで)

マクラメ編みでストラップを作ろう

🕒3月1日(土)、午後1時30分～3時
📍児童館 ※託児あり。
👤小学生～18歳の子ども、18歳までの子どもを持つ保護者
※小学1・2年生は保護者同伴。
※いずれかが市内在住・在勤・在学の人に限ります。
👥10人
💰300円
📩2月12日(水)までに、電話で、児童館へ (申し込み多数の場合抽選)
📞右図からも申し込み可。



広告枠



イベント

吹奏楽公開練習・楽器体験会

「ナマの音」に触れてみませんか。楽器演奏経験がある人もない人も参加できます。

📅 2月22日(土)、午後6時～10時(途中退出もできます)

📍 レインボーホール(市民会館)

👤 20人 📄 無料

📌 なし(楽器をお持ちで合奏に参加される人はご持参ください)

📅 2月6日(木)～20日(木)まで

📍 右図から申し込み(申し込み先着順、電話申し込み不可)



📧 シリウス・ウィンド・バンド [✉ siruswindband723@gmail.com]

第15回かがりの郷まつり

かがりの郷で活動する皆さんの発表や、地域の人たちとの交流の場として、同まつりを開催します。

📅 3月1日(土)、午前10時～午後3時(物品販売は午後1時30分まで)

📍 かがりの郷(当日直接会場へ)

📌 舞台発表や作品展示、市内の作業所の物品販売など

※子ども向けコーナーもあります。

📌 上靴、飲み物

※駐車場に限りがあるため、可能な限り公共交通機関をご利用ください。

※浴場の利用は午後2時～。

📍 かがりの郷

自然保全活動と自然に親しむ催し

① 里山ホリデー

📅 ② シイタケの植菌など = 2月8日(土)、午前10時～午後3時、里山保全作業 = 3月8日(土)、午前10時～午後3時

② 野鳥観察会

📅 2月15日(土)、午前9時～午後1時
📍 近鉄長野線「滝谷不動駅」から滝谷公園を通り、奥の谷(彼方)で現地解散

📌 講師 上村 賢さん(日本野鳥の会大阪支部)

③ 里山観察会入門(春をみつけよう)

📅 2月22日(土)、午前10時～正午

④ 植物観察会

📅 3月22日(土)、午前9時～午後1時

⑤ 人工林の間伐実習(市主催の「里山ボランティア養成講座」)

📅 2月23日(日)、午前10時～午後3時
📍 開始時間に①、③～⑤は奥の谷(彼方)、②は近鉄長野線「滝谷不動駅」に集合

👤 各20人

📄 ①②は300円(小学生以下無料、ただし保護者同伴)、③～⑤は無料

📌 弁当、水筒、長袖、長ズボン、帽子、安全な靴 ※②は双眼鏡、図鑑(いずれも持っている人のみ)、①③は弁当不要。

📅 2月6日(木)～、右図から

申し込み(申し込み先着順、電話申し込み可)



※いずれも当日午前7時の天気予報で降水確率が50%以上の場合は中止。

📍 上角さん(富田林の自然を守る市民運動協議会) [☎ 080(3830)8757]

第75回市民文化祭参加団体募集

📅 ① ミュージックフェスティバル = 5月25日(日)、② コーラス・フェスティバル = 9月14日(日)、③ 三絃・箏・尺八演奏会 = 10月5日(日)

📌 ① 市内在住・在勤・在学の人が3人以上含まれる洋楽の団体(合唱は除く)、②③ 市内在住・在勤の人が5人以上含まれる団体

👤 ① 10団体、② 22団体、③ 13団体

📍 すばるホール
📌 同ホールに備え付けの申込書に必要事項を記入し、2月4日(火)～22日(土)(休館日を除く、午前9時～午後5時)に、〒584-0084 桜ヶ丘町2の8 すばるホール [FAX (25) 0550] へ(申し込み多数の場合抽選、郵送・ファクス申し込み可)

※申込書は右図からダウンロードもできます。



水彩画教室

絵画が初めての人も基礎から学べます。水彩絵の具を使って、身近なものから描き始めてみませんか。

📅 2月19日(水)～、毎月第1・3水曜日、午後1時～3時

📍 NPO法人きんきうえぶ(小金台二丁目5の10)

📌 要介護・要支援認定を受けていない65歳以上の人

👤 各6人 📄 1回500円

📅 2月7日(金)～、電話で、同NPO法人 [☎ (29) 0019] へ(申し込み先着順)

広告枠

※広告掲載の問い合わせは、S T総合広告 [☎ 072(368)1227・FAX 072(368)1228] へ

苦手克服！こどもスイミング教室

初心者向けのスイミング教室です。
◎2月15日(土)、午前11時～正午
場ウエルネスけあばる
内水慣れからクロールまで
対小学生(令和7年度新1年生含む)
定15人(最少催行人数5人)
料1500円(別途施設利用料実費)
持水着、ゴーグル、スイミングキャップ
申2月7日(金)、午前11時～、ウエルネスけあばるへ(申し込み先着順、電話申し込み可)
※2月6日(木)、午前7時～、右図からも申し込み可(申し込み先着順)。



春休みこどもスイミング教室

◎3月25日(火)～29日(土)、午前8時25分～9時30分(全5回)
場ウエルネスけあばる
対小学生(令和7年度新1年生含む)
定50人(最少催行人数5人)
料6600円
申2月19日(水)、午前11時～、ウエルネスけあばるへ(申し込み先着順、電話申し込み可)
※2月6日(木)、午前7時～、右図からも申し込み可(申し込み先着順)。



ソフトバレーフェスティバル

◎3月22日(土)、午前9時～午後5時
場市民総合体育館
種目 ①男女混合の部、②女子1部(50歳以下)、③女子2部(51歳以上)
対市内在住・在勤・在学の人
※1チームの登録人数は8人まで。
定各種目20チーム
料1チーム3000円(当日徴収)
※ソフトバレーボール1球、保険代含む。
申2月6日(木)～22日(土)(午後5時まで)に、市民総合体育館へ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み不可)
問池谷 満里子さん(市バレーボール連盟)【☎090(5062)3456】

チャイルドジム1回無料体験

鉄棒・跳び箱・マット運動を楽しくレベルアップします。
◎2月の毎週木・金曜日、午後3時40分～4時30分、4時40分～5時30分
場市民総合体育館 対3～5歳
定各日各コース3人
持動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物
申2月6日(木)、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)

小学校校庭遊び場開放

子どもたちの身近で安全な遊び場として小学校の校庭を開放します。
◎①2月16日(日)、②23日(祝)、いずれも午後1時～4時(雨天中止)
場①富田林小学校・大伴小学校、②寺池台小学校
対市内在住・在学の子どもと保護者
問生涯学習課【☎(26)8062】
※団体での占用利用はできません。
※校区外に出掛けるときは決められたルールを守って出掛けましょう。

走り方教室

全国マスタース陸上大会に出場された現役選手による指導です。
◎3月1日(土)、8日(土)、①午前10時～11時15分、②午後1時～2時15分
場総合スポーツ公園
内①実戦形式で走り方を基礎から楽しく学ぶ、②中学の陸上部を体験
対①6歳～小学4年生、②小学5年生～中学生
定各40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2月13日(木)、午前10時～、下図から申し込み(申し込み先着順、電話申し込み不可)
問総合スポーツ公園



市スポーツ推進委員と歩くダイヤモンドトレール・トレッキング③

金剛葛城山系の稜線を縦走するダイヤモンドトレールを5回に分けて歩きます。3回目は、滝畑ダムからダイヤモンドトレールの西の起点となる施福寺までと、榎尾山(標高600m)周辺の近畿自然歩道を歩きます。
◎場2月9日(日)、午前8時、南海高野線「河内長野駅」改札前集合、午後3時ごろ同駅解散
内榎尾山方面のトレッキング(約11km)
対18歳以上で登山を含む長距離歩行ができる体力のある人
定10人程度 料無料(交通費実費)
持動きやすい服装・靴、飲み物、弁当、雨具、敷物
申2月7日(金)、正午までに、右図から申し込み(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み不可)
問生涯学習課【☎(26)8062】



第25回府障がい者スポーツ大会

◎①5月11日(日)、②17日(土)、③④18日(日)、⑤24日(土)、⑥25日(日)、⑦31日(土)、午前8時30分ごろ～
場万博記念競技場(吹田市)、ファインプラザ大阪(堺市)他
種目 ①陸上競技、②水泳、③アーチェリー、④ボッチャ、⑤ボウリング、⑥フライングディスク、⑦卓球、サウンドテーブルテニス、
対①②③④⑥⑦身体障がい者手帳所持者、①②⑤⑥⑦療育手帳所持者、⑦卓球のみ、精神障がい者保健福祉手帳所持者または自立支援医療(精神通院)受給者証の所持者
料無料
申2月7日(金)～3月7日(金)に、障がい福祉課(内線192)へ(電話申し込み不可)

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
2/1~3、10、17、24、3/3
※いずれも2/3まで臨時休館。
 - 公民館
中央☎(24)3333・金剛☎(28)1121
東☎(25)1772・喜志分館☎(25)1117
2/3、10、11、17、23、24、3/3
※金剛公民館は2/28まで臨時休館。
 - TONPAL(多文化共生・人権プラザ)
☎(24)0583
2/11、23、24
 - 児童館 ☎(25)0666
2/2、9、11、16、23、24、3/2
 - Topic ☎(26)8056
2/11、23、24
 - すばるホール ☎(25)0222
2/3、10、17、3/3
 - レインボーホール(市民会館)
☎(25)1117
2/5、11、12、19、26、3/5
 - 市民公益活動支援センター☎(26)7887
2/1、2、8、9、11、15、16、22~24、
3/1、2
 - 総合福祉会館 ☎(25)8261
2/11、23、24 ※2/9と、毎週木
曜日は浴場の利用はできません。
 - かがりの郷 ☎(20)6070
2/11、23、24 ※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
2/3、10、17、24、3/3
 - 農業公園サバーファーム☎(35)3500
※当面の間休園。
 - 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
2/3、10、17、25、3/3
 - きらめきファクトリー☎(24)5500
なし
 - 大阪南消防組合富田林消防署
☎(23)0119
- ※災害などで出勤中は不在になるこ
とがあります(転送無し)。
- 消防災害情報案内
☎050(1809)9992
- 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

トランポリンをやってみよう

大きなトランポリンで跳ぶ体験を
してみませんか。

📅 3月28日(金)、午後3時30分~5時
場児童館

👤市内在住の小学3~6年生

定12人 料無料

📅 2月15日(土)までに、電話で、児
童館へ(申し込み多数の場
合抽選)

※右図からも申し込み可。



パーソナルトレーニング

ジムトレーニングの30分間完全
個別レッスンです。

📅 2月12日(水)、3月12日(水)、午前11
時~11時30分、11時30分~正午、
正午~午後0時30分、2月22日(土)、
3月22日(土)、午後5時~5時30分、
5時30分~6時、6時~6時30分

場ウエルネスけあばる

👤高校生以上の人

定各1人(計12人)

料3000円(別途施設利用料実費)

👤動きやすい服装、上靴、飲み物、タオル

📅 2月7日(金)、午前11時~、ウエ
ルネスけあばるへ(申し込み先着順、
電話申し込み可)

※2月6日(木)、午前7時~、
右図からも申し込み可(申
し込み先着順)。



バレーボール体験

📅 2月22日(土)、午後6時~9時

場東公民館

👤市内在住・在勤・在学の人

定10人 料無料

👤動きやすい服装、上靴、飲み物

📅 2月6日(木)~、電話で、尾崎さん
(葵クラブ)〔☎080(1523)3412〕
へ(申し込み先着順)

バドミントンスクール

📅 毎週火曜日、①初級クラス=午前
9時10分~10時10分、②中級ク
ラス=午前10時15分~11時45分

場市民総合体育館

👤バドミントンの基礎から上達まで

👤18歳以上の人 定各15人

料①月額4400円、②月額4800円

👤動きやすい服装、上靴、ラケット

📅 2月6日(木)、午前10時~、電話で、
市民総合体育館へ(申し込
み先着順)

※右図からも申し込み可。



2月・3月の 市民総合体育館の共用使用

競技場(バドミントン)《2面》

※インディアカでも使用可。

📅 2月19日(水)、3月19日(水)、正午
~午後3時

場市民総合体育館(当日直接会場へ)

料140円(中学生以下60円)

👤上靴、シャトル、ラケットなど

場市民総合体育館

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
身障者スポーツフィットネス	富田林小学校	16日(日)	午前10時~正午 グラウンドゴルフ
ファミリーレクリエーション	大伴小学校		
		9日(日)	午前10時~正午
健康ウォーキング	寺池台小学校	23日(水)	午前8時~正午 長野公園、延命寺(河内長野市)方面

※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)。

場生涯学習課〔☎(26)8062〕(月~金曜日) ※当日は〔☎080(4422)6663〕へ。