

がんばった人に花まる!

●第74回市民マラソン大会結果

◇ハーフ

《一般男子の部》優勝 中田 亮慈／第2位 若松 連峰／第3位 河合 徹
《一般女子の部》優勝 福田 友梨／第2位 竹岡 杏／第3位 松本 涼夏
《壮年男子の部》優勝 藤井 良彦／第2位 村岡 隆幸／第3位 木下 元
《壮年女子の部》優勝 福井 規子／第2位 岡村 多恵子／第3位 森井 久美子

◇5km

《中学男子の部》優勝 原田 衆／第2位 鈴木 瑠維／第3位 青山 紘人
《一般男子の部》優勝 上田 宝／第2位 鮎川 佳明／第3位 崎山 誠也
《一般女子の部》優勝 杉野 有希／第2位 大山 結佳菜／第3位 西浦 真沙実
《壮年男子の部》優勝 谷 剛騎／第2位 大塚 剛／第3位 嶋田 直季
《壮年女子の部》優勝 濱中 千恵／第2位 中谷 春香／第3位 佐久間 通子

《ふれあいの部》優勝 福田 有桔
◇3km
《中学女子の部》優勝 杉野 幸実／第2位 田中 美玖／第3位 上田 佑真
《小学男子の部》優勝 大谷 理鳳／第2位 川井 悠太／第3位 川越 亮
《小学女子の部》優勝 市川 輝歩／第2位 吉野 珠未／第3位 奥田 陶菜

《ふれあいの部》優勝 大和田 一喜／第2位 朝野 朗功／第3位 藤井 将喜



おはなし会

中央図書館 3月9日(日)、23日(日)、午前10時30分～11時

金剛図書館 3月1日(土)、15日(土)、午後2時～2時30分

じゅうたんコーナーでのよみきかせ

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

金剛図書館 3月8日(土)、22日(土)、29日(土)、午後2時～2時30分



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 3月21日(金)、午前10時10分～10時40分

金剛図書館 3月13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 3月21日(金)、午前11時10分～11時40分

金剛図書館 3月6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 3月6日(木)、午前11時10分～11時40分

※いずれも当日、直接会場へ。

※先着各15組、ハンカチ持参。

新刊案内

喉に住むあるひとりの幽霊

デーリング・ニグリオファ

ロゴスと巻貝

小津 夜景

近くも遠くもゆるり旅 益田 ミリ

はるやすみ! としょかんおたのしみ会

②① 3月26日(水)、②27日(木)、午後2時～2時30分、午後2時45分～3時15分

場①中央図書館、②金剛図書館

☑大型絵本、紙芝居、お話など

対2歳～小学生(保護者同伴可)

定各15人 料無料

申3月6日(木)、午前10時～、①は中央図書館、②は金剛図書館へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

自動車文庫「つつじ号」巡回日程

ステーション名	4月	5月	6月	時間
藤沢台七丁目	1(水)		3(水)	2:40～3:00
久野書台二丁目150棟前		20(水)		3:20～3:50
伏山(金剛グリーンハイツ前)	15(水)		17(水)	4:00～4:30
レインボーホール(市民会館)	2(水)	7(水)	4(水)	2:40～3:00
梅の里5号公園				3:10～3:50
南旭ヶ丘公園前	16(水)	21(水)	18(水)	4:10～4:30
須賀尼池児童遊園	8(水)	13(水)	10(水)	2:40～3:10
不動ヶ丘町2号公園前				3:30～3:50
伏見堂ふれあい広場	22(水)	27(水)	24(水)	4:10～4:30
かがりの郷(イベント広場)	11(金)	9(金)	13(金)	2:40～3:00
山手町(今池南側公園)				3:20～3:50
楠風台自治会館	25(金)	23(金)	27(金)	4:00～4:30



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

みやび会 (着付け)

A女性 **B**5人 **C**第2木曜日＝午後1時～3時30分、第3・4木曜日＝午前9時30分～正午 **D**中央公民館 **E**月額1000円 **F**杉田さん〔☎090(1714)4610〕

金剛太極拳同好会

A市内在住・在勤・在学の人 **B**8人 **C**毎週火曜日、午後1時～2時45分 **D**金剛公民館 **E**月額1000円 **F**藤川さん〔☎(28)5751〕

ぴょんぴょんちびっこ(トランポリン)

A4歳～小学6年生 **B**若干名 **C**毎週水曜日、午後4時30分～6時 **D**市民総合体育館 **E**年会費3700円、月額2000円 **F**牧さん〔☎090(1135)9393〕

🕒=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



カルチャー

プラネタリウム震災特別番組「星よりも、遠くへ」 投映

仙台市天文台制作の東日本大震災ドキュメンタリー作品「星よりも、遠くへ」を投映します。

🕒 3月9日(日)、11日(火)、午後4時～4時45分

📍すばるホール

👤各80人 💵無料

📅 3月6日(木)～、すばるホールへ(申し込み先着順、電話申し込み可)
※一度に4人まで申し込みます。

近世大阪の画家・大岡 春トと旧杉山家住宅～欄間のデザインを中心に～

旧杉山家住宅にある欄間を描いた大岡 春ト。狩野派絵師の彼に初めて焦点を当てた講演会です。

🕒 3月23日(日)、午後1時～3時

📍寺内町センター

👤 講師 波瀬山 祥子さん(大阪大学総合学術博物館研究支援推進員)

👤 20人

💵 無料(別途入館料実費)

🧰 筆記用具

📅 3月6日(木)、午前10時～、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。



第30回市民春の茶会 および小品花展

🕒 3月8日(土)、9日(日)、①お茶会＝午前10時～午後3時、②小品花展＝午前10時～午後4時

※8日(土)は裏千家、9日(日)は表千家。

📍旧田中家住宅(当日直接会場へ)

👤 ①各125人

💵 ①500円(お茶、お菓子代)、②無料

📞 文化財課(内線432)

つまみ細工で桜の小枝を作ろう

ピンセットと接着剤を使って、つまみ細工で飾れる桜の小枝を作ろう。

🕒 3月14日(金)、15日(土)、午後1時30分～3時30分

📍寺内町センター

👤 小学生以上(小学生は保護者同伴)

👤 各5人

💵 1200円

🧰 持ち帰り用の容器、ハンドタオル2枚 ※使い慣れた道具をお持ちの人はご持参ください。

📅 3月6日(木)、午前10時～、旧杉山家住宅へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

ハスの株分けと仏教におけるハスについて知るワークショップ

夏に大輪の花を咲かせる「ハス」の株分けをし、仏教とハスの関係を知るワークショップです。株分けをしたハスは持ち帰りできます。

🕒 3月27日(木)、午前10時15分～午後0時30分、午後2時15分～4時30分

📍 くらめきファクトリー集合、浄谷寺(富田林町)解散予定

👤 各10人

💵 500円

🧰 泥で汚れてもいい服装と長靴

📅 3月20日(木)までに、く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)

※くらめきファクトリー公式LINEからも申し込み可。



落語講座修了生発表会

中央公民館主催講座「落語講座～新たな挑戦で演じる喜びを～」の修了生による落語発表会です。

🕒 3月23日(日)、午後1時30分～4時

📍 中央公民館(当日直接会場へ)

👤 60人 💵 無料

📞 中央公民館

町総代会公開講座「災害!! もしものために、今から出来ること～自分のこととして考えよう～」

🕒 3月8日(土)、午前10時～11時30分

📍すばるホール

📄 災害への備えに関する講義

👤 講師 林田 恭子さん(防災士)

👤 100人 💵 無料

📅 3月7日(金)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)



📞 閤人権・市民協働課(内線473)

飾れる押し花のドレスアップカード&淡水パールアクセサリー作り

カードにお花を並べてイラストのドレスを作ります。プチギフトにもなります。

🕒 5月9日(金)、午前10時30分～正午

📍 レインボーホール(市民会館)

👤 小学生以上(小学1・2年生は保護者同伴)

👤 10人 💵 500円(材料費含む)

🧰 筆記用具、ハサミ

📅 3月6日(木)、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)

けあばる^{てんこく}篆刻講座

石などに自分の名前やさまざまな詩句を掘ります。

🕒 4月3日～令和8年3月5日の原則第1金曜日・第3木曜日、いずれも午後1時～3時(全20回)

📍 けあばる 📅 10人

💵 2万6400円(別途道具・材料費実費)

🧰 汚れてもいい服装

📅 3月13日(木)、午前9時～、電話で、けあばるへ(申し込み先着順)

※3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)。



みんなで歌おう懐かしの フォークソング Part 2

アコースティックな演奏で心に残る懐かしいフォークソングと一緒に歌おう。

㊦ 3月30日(日)、午後2時～3時30分

㊧ 金剛公民館

㊪ 100人(小学生以下は保護者同伴)

㊫ 無料

㊭ 3月11日(火)(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)、電話番号、年齢を明記し、〒584-0072高辺台二丁目1の2 金剛公民館へ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み不可)

保育付き！あなたの魅力を 引き出すメイク術講習会

自身の魅力を引き出すメイクアップを学び、より魅力的で元気に過ごすためのヒントにしましょう。

㊦ 3月14日(金)、午前10時30分～正午

㊧ KONROOM

㊨ 市内在住の人

㊪ 8人(保育は5人まで)

㊫ 無料

㊭ 3月6日(木)、午前10時～、電話で、☎KONROOM【☎(60)6030】へ(申し込み先着順)

けあぱるcafé

認知症の人や介護者、地域の人、介護・福祉・医療などの専門職が参加しています。皆さんと話をしてホッとしませんか。

㊦ 3月25日(火)、午後1時30分～3時30分

㊧ けあぱる1階ロビー(当日直接会場へ)

㊨ 認知症の人と家族、地域の人

㊪ 20人

㊫ 100円(飲み物代)

㊭ 第3圏域ほんわかセンター【☎(28)8631】

「彩(いろどり)花の美展」 ハンドメイドマルシェ出展・ 出店者募集

5月9日(金)、10日(土)に、レインボーホール(市民会館)で同展を開催します。

募集作品 花をテーマにした絵はがきなどのハンドメイド作品

㊨ 作品をご自身で搬入、立ち会い、管理、搬出できる人

㊪ 10団体

㊫ 1ブース1日1000円

㊭ 同ホールに備え付けの応募用紙に必要事項を記入し、3月6日(木)、午前10時～20日(祝)に、同ホールへ。※選考を行い、結果を連絡します。



星空miniコンサート

「サウンドオブミュージック」や「千と千尋の神隠し」などを吹奏楽でお届けします。

㊦ 3月22日(土)、午後3時～4時

㊧ すばるホール2階小ホール(当日直接会場へ)

㊪ 200人

㊫ 無料

㊭ シリウス・ウィンド・バンド【✉siriuswindband723@gmail.com】

こころのパラアート展

四天王寺和らぎ苑に入所している重症心身障がいのある方々が描いた絵画作品を展示します。

㊦ 3月12日(水)～25日(火)、午前9時～午後5時

㊧ 総合福祉会館(当日直接会場へ)

※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



カルチャー

公民館施設使用団体登録の 受け付けを実施

中央・東・金剛公民館および喜志分館では、「公民館施設使用団体登録」を実施しています。

公民館施設を継続的に利用する場合は、毎年事前に団体登録をする必要があり、有効期限は翌年の3月31日までとなります。

※詳しくは、各公民館(喜志分館は中央公民館)にお問い合わせください。

㊭ 中央・東・金剛公民館

居場所においでよ！

何気ない日常会話や趣味の話をしたり、将来について一緒に考えたり、最初の一步を踏み出すための居場所です。

㊦ 3月19日(水)、午後1時～3時

㊧ Topic

㊨ ひきこもり当事者やその家族など

㊪ 15人程度

㊫ 無料

㊭ 3月6日(木)～、生涯学習課【☎(26)8056】へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

じないまち将棋教室

手筋や詰将棋の解説などの講座から対局まで、受講生のレベルに合わせて学べる将棋教室です。

㊦ 第2・4土曜日、午後2時～3時30分

㊧ 寺内町センター

講師 村上 信介三段

㊪ 各16人

㊫ 1回600円、3カ月パック3000円

㊬ 筆記用具

㊭ 旧杉山家住宅で、随時申し込み(電話申し込み可)

※右図からも申し込み可。

※有段者の参加はご遠慮く





イベント

じないまち雛めぐり連携イベント

①デジタル顔はめパネルで、お雛さまなどに变身しよう

顔はめパネルのデジタル版です。AR(拡張現実)を使って、あなたをお雛さまやパンダなどに变身させます。

📅 3月8日(土)、9日(日)、午前10時～午後4時

②江戸商人のちんどん屋さん

江戸商人のちんどん屋さんがやってきます。パフォーマンスショーや寺内町を練り歩きます。

📅 3月8日(土)、午前10時～午後4時

③きらめき雛めぐりええもん市

富田林市の特産品、銘菓、物産品などを販売します。

📅 3月8日(土)、9日(日)、午前10時～午後4時

④ひな祭りの飾りを作ろう

色々な小物を使って、ひな祭りの飾りを作ります。

📅 3月9日(日)、午前10時30分～11時30分

👤 10歳以上の人(小学生は保護者同伴)

定員 8人

講師 小豆 美佐さん(雑貨屋Beans)

⑤富田林きらめき講座

「富田林に残る百済文化」

📅 3月9日(日)、午後1時～2時

👤 中学生以上 定員 15人

講師 中辻 亘さん(寺内町サポーターの会)

場 きらめきファクトリー

🎫 ①～③は無料、④は500円、⑤は100円

📅 ①～③は当日直接会場へ、④⑤は3月6日(木)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)

※右図からも申し込み可。



じないまち四季物語2025「春」第19回じないまち雛めぐり

民家や商店、町かどなどで、春の花とともにお雛さまが飾られます。飲食や雑貨、特産品の販売など、その他連携イベントも開催されますので、ぜひお越しください。

📅 3月8日(土)、9日(日)、午前10時～午後4時(雨天決行)

場 富田林寺内町およびその周辺(近鉄長野線「富田林駅」または「富田林西口駅」下車すぐ)

場 きらめきファクトリー

じないまち縁日

いろいろなお店で縁日を満喫しよう。

📅 3月29日(土)、午後1時～4時

※参加券がなくなり次第終了。

※雨天の場合は3月30日(日)に延期。

場 じないまち展望広場

👤 ポップコーンやお菓子すくいなど

🎫 参加券 1枚100円 ※3月29日(土)、午後0時30分～3時30分、じないまち展望広場で販売。

場 旧杉山家住宅 ☎ (23)61171

南河内の歴史と芸術が織りなす物語～じないまち雛めぐりへの旅～

今なお残る歴史をテーマに、古墳、社寺、文化遺産などを訪れます。

📅 3月9日(日)、午前9時～9時45分に、聖和台第1公園(太子町聖和台四丁目10)集合(雨天決行)

※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

👤 叡福寺・西方院や寛弘寺古墳公園、富田林寺内町などを巡るウォーキング(約14km)

🎫 無料(別途拝観料などは実費)

※当日直接集合場所へ。

※参加者の中から抽選で参加賞をプレゼントします。

場 華やいで大阪・南河内観光キャンペーン協議会事務局 ☎ (93)25001

たび旅とんだばやし～南河内の博物館と桜をめぐるバスツアー～

📅 3月29日(土)、午前10時、きらめきファクトリー集合、午後4時ごろ狭山池にて解散予定

👤 すだれ博物館および日本の代表的な建築家である安藤 忠雄さんが設計した南河内にある博物館2カ所と桜の名所を巡るバスツアー

定員 24人

🎫 4620円(昼食付、バス代含む)

📅 3月21日(金)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)

※右図からも申し込み可。



自然のエネルギーで育つ農産物を子どもたちへ

幼児などが正しい食習慣を身に付けることや保護者が多様な農業を理解して食に対して関心をもってもらうための食育講座です。講座終了後に試食会もあります。

📅 3月30日(日)、午前11時～午後1時

場 きらめきファクトリー

定員 20人 🎫 無料

講師 久野 陽子さん(富田林自然農法根っ子の会理事長)ほか

📅 3月6日(木)～20日(祝)に、電話で、富田林自然農法根っ子の会事務局 ☎ 090(7348)7106 へ(申し込み先着順)

福祉のお仕事就職フェア in OSAKA



📅 3月8日(土)、午前10時～午後0時30分、午後2時～4時30分(2部入替制)

場 OMM 2階A・B・Cホール(大阪市中央区大手前一丁目7の31)

🎫 無料(当日直接会場へ)

場 大阪福祉人材支援センター ☎ 06(6762)90201

はじめてのピラティス

呼吸法から無理なく全身の筋肉を使いましょう。

㊦毎月第2・3・4木曜日、午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分

㊧市民総合体育館

㊩16歳以上の人 ㊪各20人

㊫1回800円（当日徴収）

㊬持っている人はヨガマット

㊭3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）

スローピッチソフトボール体験会

㊦3月25日(火)、午後1時～3時

㊧石川河川敷若松東グラウンド

㊩60歳以上の人 ㊪若干名

㊫無料 ㊬動きやすい服装

㊭3月6日(木)～、電話で、本荘さん〔☎090(1919)1524〕へ（申し込み先着順）

スポーツチャンバラ体験会

㊦3月15日(土)、午前9時30分～11時

㊧市民総合体育館

㊩4歳～小学6年生

㊪10人 ㊫無料

㊬タオル、飲み物、着替え

㊭3月6日(木)～14日(金)に、電話で、久保さん〔☎080(4120)9084〕へ（申し込み先着順）

春のテニスレッスン

㊦4月5日(土)、午後2時30分～3時30分、午後3時45分～4時45分

㊧総合スポーツ公園

㊩㊪新小学1～3年生=各6人、新小学4～6年生=各8人

㊫1000円（当日徴収）

㊬動きやすい服装、タオル、飲み物

㊭3月18日(火)、午前10時～、電話で、総合スポーツ公園へ（申し込み先着順）

SC富田林健康ウォーキング

ウォーキングを楽しみませんか。運が良ければ桜が見られるかも。

㊦3月24日(月)、午前10時～午後1時（受け付けは午前9時30分～）

㊧総合福祉会館集合、けあばる解散

㊨明治池公園や津々山台公園、国道309号線沿いの遊歩道の桜並木を通る、けあばるまでの6kmのコース

㊩市内在住の60歳以上の人

㊪50人

㊫無料

㊬動きやすい服装、歩き慣れた靴、昼食

㊭3月6日(木)、午前10時～、総合福祉会館へ（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。

㊦①3月16日(日)、②23日(日)、いずれも午後1時～4時（雨天中止）

㊧①富田林小学校・大伴小学校、②寺池台小学校

㊩市内在住・在学の子どもと保護者 ㊪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。

富スポグラウンドゴルフ大会

㊦4月16日(火)、午前8時30分～正午、正午～午後3時30分

※雨天時は4月23日(火)に延期。

㊧総合スポーツ公園

㊨24ホールストロークプレイ

㊪各150人

㊫1000円（当日徴収）

㊭3月17日(月)～24日(月)、午前10時～午後5時に、総合スポーツ公園〔FAX(35)2122〕へ（申し込み先着順、電話・ファクス申し込み可）

※手話通訳が必要な場合は、申し込み時にお伝えください。



イベント

第75回市民文化祭参加者募集

①市民民謡大会

㊦6月21日(土)

㊩市内在住・在勤の人を5人以上含む団体

㊪6団体

②ダンスフェスティバル

㊦7月6日(日)

㊩市内在住・在勤の人を5人以上含む50人以下の団体または5～10人の個人グループ

㊪10団体

㊧すばるホール

㊫無料

㊭いずれも、すばるホールに備え付けの申込書に必要事項を記入し、①は3月2日(日)～9日(日)、②は3月9日(日)～23日(日)（休館日を除く午前9時～午後5時）に、同ホールへ（いずれも申し込み多数の場合抽選）

※②は4月6日(日)、午前11時～、同ホールで抽選会と説明会を実施。

合唱団春のコンサート

市青少年少女合唱団が楽しい歌をいっぱい歌います。

㊦4月27日(日)、午前10時30分～11時30分

㊧金剛公民館2階ホール（当日直接会場へ）

㊪60人

㊫無料

㊬鷺見さん〔☎(21)3620〕または溝端さん〔☎090(2830)1641〕





スポーツ

Up! もりもり教室

体力不足に悩んでいるけど、どんな体操や運動をしたらよいか分からない人におすすめです。

② 4～9月の第1・3火曜日（4月1日(火)は除く）、いずれも午後1時～2時30分

場かがりの郷

対市内在住でおおむね60歳以上の人
定20人

料1回500円（浴場利用券付き）

持飲み物、上靴、タオル

申3月18日(火)、午前9時30分～、
かがりの郷へ（申し込み先着順、電話申し込み可）

ランニングサークル

②毎月4～6回

場市民総合体育館

対①1時間をゆっくり走り続ける
LSD（ロングスローディスタンス）、
②フォームを良くするクリニック

対16歳以上の人 定10人

料①1000円、②700円

持動きやすい服装、運動靴、飲み物

申右図から市民総合体育館
公式LINEへメッセージを送付



場市民総合体育館

卓球スクール（初級クラス）

②毎週月曜日、午後2時15分～3時45分

場市民総合体育館

対16歳以上の人

定10人

料月5000円

持上靴、飲み物、持っている人はラケット（レンタルあり）

申3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）



水泳プライベートレッスン

② 3月9日(日)、23日(日)、4月6日(日)、
27日(日)、正午～午後0時30分、0時30分～1時、3月18日(火)、午後1時15分～1時45分、1時45分～2時15分、
4月30日(火)、午後4時30分～5時、5時～5時30分、5時30分～6時
場ウエルネスけあばる

対水泳の30分間完全個別レッスン

対小学生以上 定各1人（計13人）

料2000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3月7日(金)、午前11時～、電話で、
ウエルネスけあばるへ（申し込み先着順）

※3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）。



けあばるこどもスイミング教室

②水曜日または金曜日の部＝①午後4時30分～5時30分、②午後5時30分～6時30分、③午後6時30分～7時30分、
土曜日の部＝①午後3時30分～4時30分、②午後4時30分～5時30分、③午後5時30分～6時30分、
日曜日の部＝④午前11時～正午（いずれも月4回）

場ウエルネスけあばる

対①水慣れからクロールの基本、②クロール・背泳ぎ・平泳ぎ、③バタフライ・タイムトライアル、④水慣れからバタ足

対小学生 定各5人 料月額6600円

申3月8日(土)、午前11時～、電話で、
ウエルネスけあばるへ（申し込み先着順）

※3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）。



東公民館ホール一般開放

② 3月2日～4月27日の毎週日曜日、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

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④

金剛葛城山系の稜線^{りょうせん}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。4回目は、二上山（雌岳・標高474m）から、ダイヤモンドトレールの北の起点である「どんづる峯」まで歩きます。

②場4月6日(日)、午前8時、近鉄長野線「喜志駅」東口集合、午後3時ごろ近鉄南大阪線「上ノ太子駅」解散

対二上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3月31日(月)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）



場生涯学習課 ☎(26)8062

桜の季節ですね ノルディック・ウォークに でかけましょう

② 3月29日(土)、午前10時30分～午後1時30分

場ウエルネスけあばる

対けあばるを出発し、狭山池を一周する約6kmのコース

対高校生以上

定20人（最少催行人数5人）

料550円

持動きやすい服装、タオル、飲み物

申3月7日(金)、午前11時～、電話で、
ウエルネスけあばるへ（申し込み先着順）

※3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）。



令和7年 第73回富田林市民体育大会			
種目	とき	種別	ところ
①軟式野球	5月18日～7月13日の日曜日	一般男子	富田林バッファローズスタジアム (総合スポーツ公園野球場)
②バレーボール	5月18日(日)	一般男子5号球(高校・大学生を含む)、一般女子5号球、女子2部4号球(35歳以上)	市民総合体育館
③卓球	6月1日(日)	《シングルス》男子・女子、《ダブルス》男子・女子	市民総合体育館
④ソフトボール	6月1日～8月3日の日曜日	一般(男子・女子)、壮年男子(40歳以上)、シニア(59歳以上) ※壮年男子とシニアは一般に重複して出場可。	石川河川敷 川西グラウンド
⑤バドミントン	5月6日(振休)	《シングルス》一般1部(男子・女子)、一般2部(男子・女子)、一般3部(男子・女子)	市民総合体育館
	7月20日(日)もしくは27日(日) ※参議院選挙日程による	《ダブルス》一般1部(男子・女子)、一般2部(男子・女子)、一般3部(男子・女子)	
⑥ソフトテニス	5月6日(振休)、予備日 5月18日(日)	一般男子・女子(39歳以下)、成年男子・女子(40歳以上)、シニア男子1部(55歳以上)、シニア男子2部(65歳以上)、シニア女子1部(55歳以上)、シニア女子2部(65歳以上) ※高校生(男子・女子)の日程は未定。	総合スポーツ公園テニスコート
⑦テニス	4月27日(日)	《シングルス》高校女子、《ダブルス》高校女子	総合スポーツ公園テニスコート
	5月3日(祝)	《シングルス》高校男子、《ダブルス》高校男子	
	5月11日(日)	《ダブルス》一般(男子・女子) ※18歳以上、高校生不可。	
	5月25日(日)	《ダブルス》壮年男子(45歳以上)、混合 ※両方のエントリーは不可。	
	予備日=高校生の部は5月4日(祝)、一般・壮年男子・混合は6月1日(日)		
⑧ゲートボール	6月15日(日) 予備日 6月21日(土)	一般	津々山台ゲートボール場
⑨バスケットボール	6月29日(日)、7月13日(日)、8月10日(日)	一般男子・一般女子(高校生以上)	市民総合体育館
⑩合気道	5月25日(日)	一般(中学生以上)、少年(小学生)	市民総合体育館
⑪トランポリン	7月5日(土)	トーナメントA・B・C・D、発表会	市民総合体育館
⑫柔道	6月14日(土)	小学生、中学生、高校生、一般 ※申込状況に応じて部門決定。 ※大会当日、未経験者向け柔道体験プログラムを実施します(どなたでも参加可)。	河南高校柔道場
⑬サッカー	6月29日(日)、7月6日(日)、13日(日) 予備日8月3日(日)	一般男子(16歳以上)	総合スポーツ公園多目的競技場
⑭日本拳法	5月25日(日)	成年男子、成年女子、高校男子、高校女子	喜志小学校体育館
⑮剣道	10月26日(日)	《個人試合》小学1・2年(男子・女子)、小学3・4年(男子・女子)、小学5・6年(男子・女子)、中学生(男子・女子)、高校生(男子・女子)、一般4段以下(男子・女子) 《団体試合3人戦》先鋒(小学4年生以下)・中堅(小学6年生以下)・大将(中学生)	市民総合体育館
⑯少年軟式野球	4月5日(土)、6日(日)、19日(土)	Aクラス(小学6年生以下)	石川河川敷 喜志グラウンド
	5月24日(土)、31日(土)、6月7日(土)、14日(土)、21日(土)	Bクラス(小学5年生以下)	
	10月11日(土)、12日(日)、13日(祝)	Cクラス(小学4年生以下)	
⑰少年サッカー	令和8年1月10日(土)	小学3・5年生	総合スポーツ公園多目的競技場
	令和8年1月11日(日)	小学4・6年生	
参加資格	市内在住・在勤・在学のアマチュア競技者		
申し込み	4月1日(火)～、トピックス3階生涯学習課(土・日曜日、祝日は除く、午前9時～午後5時30分)または市民総合体育館(午前9時～午後9時)窓口へ(電話申し込み不可) ※申込締切日は、⑦4月11日(金)(高校男子・女子)(午後5時30分まで)、①4月18日(金)(午後5時まで)、④⑤(シングルス)⑩⑪⑬⑭4月18日(金)、⑥4月19日(土)、⑧4月20日(日)、⑰4月23日(火)、⑦4月25日(金)(一般男子・女子、壮年男子、混合)(午後5時30分まで)、②④4月26日(土)(午後5時まで)、⑨5月11日(日)、③5月25日(日)、⑫6月3日(火)、⑤7月4日(金)(ダブルス)、⑮9月20日(土) ※⑯は生涯学習課 ☎(26)8062 へお問い合わせください。		

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
3/3、10、17、24、31

●公民館
中央 ☎(24) 3333・金剛 ☎(28) 1121
東 ☎(25) 1772・喜志分館 ☎(25) 1117
3/3、10、17、20、24、31

●TONPAL(多文化共生・人権プラザ)
☎(24) 0583
3/20

●児童館 ☎(25) 0666
3/2、9、16、20、23、30

●Topic ☎(26) 8056
3/20

●すばるホール ☎(25) 0222
3/3、10、17、24、31

●レインボーホール(市民会館)
☎(25) 1117
3/5、12、19、26、4/2

●市民公益活動支援センター ☎(26) 7887
3/1、2、8、9、15、16、20、22、23、
29、30、4/5

●総合福祉会館 ☎(25) 8261
3/20 ※毎週木曜日は浴場の利用
はできません。

●かがりの郷 ☎(20) 6070
3/20 ※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
3/3、10、17、24、31

●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

3/3、10、17、24、31

●きらめぎファクトリー ☎(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

ミュージックアロマヨガ

② 4月13日(日)、5月11日(日)、6月8
日(日)、7月13日(日)、①午前11時～
正午、②午後1時30分～3時

場かがりの郷

☎①いすヨガ、②ゆるヨガ

※市内在住・在勤の人

☎①各15人、②各20人

¥600円(浴場利用券付き)

☎タオル、飲み物

☎ 3月13日(木)、午前9時30分～、
かがりの郷へ(申し込み先着順、電
話申し込み可)

第1期健康づくり教室(全10回)

②☎いずれも4～6月

※詳しい日程はお問い合わせください。

《水泳教室の部》

①ビギナーズスイム

火曜日、午後1時～2時

②クロールと背泳ぎ25m完泳

火曜日、午後2時30分～3時30分

③アクアビクス

水曜日、午前11時～正午

④4泳法チャレンジ

水曜日、午後1時～2時

⑤クロールからのステップアップ

水曜日、午後2時30分～3時30分

⑥クロール&背泳ぎ入門

木曜日、午後1時～2時

⑦水中ウォーキング

木曜日、午後2時30分～3時30分

⑧平泳ぎ入門

金曜日、午後0時30分～午後1時
30分

⑨バタフライ入門

金曜日、午後2時～3時

⑩アクアトレーニング

土曜日、午後2時～3時

《陸上教室の部》

⑪リンパマッサージ&ピラティス

火曜日、午後1時～2時

⑫バランスボール

火曜日、午後2時30分～3時30分

⑬フラダンス

木曜日、午前10時～11時

⑭ピラティスA

木曜日、午前11時10分～午後0時10分

⑮ピラティスB

木曜日、午後0時15分～1時15分

⑯ヨガ

木曜日、午後1時30分～2時30分

⑰ライトヨガ

木曜日、午後2時45分～3時45分

☎ウエルネスけあばる

☎高校生以上の人

☎①②④～⑥は各14人、③⑧⑨は各
28人、⑦は36人、⑩は18人、⑪は
25人、⑫は20人、⑬～⑰は各25人

¥各6600円(別途施設利用料実費)

☎ 3月12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)

※3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)。



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
ファミリーレクリエーション	大伴小学校	午前9時～正午	グラウンドゴルフ
	寺池台小学校	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(日)	午前8時～正午

※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)。

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