

# 図書館

## 漢方講座

大阪大谷大学の漢方サークルの学生が「漢方とは」をテーマに、肩こり、睡眠、薬膳についての公開講座を開催します。

**とき** 9月8日(火)、午後1時30分～2時30分

**ところ** 総合福祉会館講座室1・2

**定員** 50人(当日、直接会場へ)

**受講料** 無料

**問い合わせ** 総合福祉会館

## プロ写真家による作品指導

**とき** 9月17日(木)、午後1時30分～4時30分

**ところ** 東公民館

**対象者** 市内在住・在勤・在学の人

**定員** 10人(申し込み先着順)

**参加費** 無料

**講師** 東公民館クラブ「東公フォトクラブ」

**申し込み** 9月6日(日)～、辻本 子郎さん【☎090(4568)8032】、藤田 誠さん【☎240130】へ(いずれも午前10時～正午)



## 公開講座「細川ガラシャが望んだ世界～散りぬべき時知りてこそ～」

主君信長を殺した「逆臣光秀の娘」という逆境に突き落とされたガラシャは、どのような生き方でその後の人生を歩んだのかを学びます。

**とき** 10月1日(木)、午後1時30分～3時30分(午後0時30分開場)

**ところ** すばるホール

**定員** 100人

**参加費** 800円

**講師** 田端 泰子さん(京都橘大学名誉教授)

**申し込み** 9月18日(金)(消印有効)までに往復はがきに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、☎584-0062 須賀三丁目11の15 常本さん方「シニア文化塾」事務局【☎090(3990)3907】へ(申し込み多数の場合抽選)

## プラネ de えほん

プラネタリウムのスクリーンに絵本を映し出します。

内容はおおむね1～3歳の幼児とその保護者を対象にしたものですが、特に年齢制限はありません。

**とき** 9月10日(木)、10月8日(木)、午前10時30分～11時

**ところ** すばるホール3階プラネタリウム室

**定員** 各100人(当日、直接会場へ)

**参加費** 無料

**問い合わせ** すばるホール

## おやこで楽しむ わらべうたとえほん講座

**とき** 10月7日(水)、14日(水)、21日(水)、午前10時10分～11時、11時10分～正午(いずれも全3回)

**ところ** 中央図書館

**対象者** 2歳児と保護者

**定員** 各15組(申し込み先着順)

**参加費** 無料

**持ち物** ハンカチ

**申し込み** 9月8日(火)、午前10時～、中央図書館へ(電話申し込み可)

## 子どもの心を育てる 絵本とおはなし講座

高校生以上の人を対象に、子どもの育ちにとっての絵本やお話の大切さを学びます。

**とき** 10月7日(水)、14日(水)、28日(水)、11月11日(水)、25日(水)、午前10時～正午(全5回)

**ところ** 金剛図書館

**定員** 20人(申し込み先着順)

**参加費** 無料

**申し込み** 9月8日(火)、午前10時～、金剛図書館へ(電話申し込み可)

## おとなのための朗読会 ～聴いて楽しむおとなの読書～

**とき** 10月24日(土)、午前10時30分～正午

**ところ** 金剛図書館

**定員** 20人(申し込み先着順)

**参加費** 無料

**申し込み** 9月24日(木)、午前10時～、金剛図書館へ(電話申し込み可)

## 《新刊案内》

### ■小説・エッセイなど

星球

中澤 日菜子

### おはなし会

①中央図書館 9月13日(日)、27日(日)

②金剛図書館 9月5日(土)、19日(土)、10月3日(土)

③東分室 9月13日(日)

④喜志分室 9月27日(日)

※①は午前10時30分～11時、②～④は午後3時～3時30分に開催。

### じゅうたんコーナーでのよみきかせ

①中央図書館 9月6日(日)、20日(日)、10月4日(日)

②金剛図書館 9月12日(土)、26日(土)

※①は午前10時30分～11時、②は午後3時～3時30分に開催。

### あかちゃんのおはなし会

中央図書館 9月18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 9月10日(木)、③午前10時10分～10時40分、④午前11時～11時30分、17日(木)、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。

### 自動車文庫「つつじ号」巡回日程

ステーション名	10月	11月	12月	巡回時間
藤沢台七丁目(7番)				0:50～1:10
久野喜台二丁目150棟前	7(水)	4(水)	2(水)	1:20～1:50
伏山(金剛グリーンハイツ前)				2:20～2:50
須賀尼池児童遊園	21(水)	18(水)	16(水)	3:10～3:40
不動ヶ丘町2号公園前				4:00～4:30
総合福祉会館				0:50～1:20
梅の里5号公園	1(水)	5(水)	3(水)	1:40～2:10
南旭ヶ丘公園前				2:20～2:40
中野町(コミュニティ会館前)	15(水)	19(水)	17(水)	3:10～3:30
伏見堂ふれあい広場				4:00～4:30
金剛コロニー宿舎前				0:50～1:10
山手町(自治会管理広場)	9(金)	13(金)	11(金)	1:30～1:50
北別井児童遊園前				2:30～2:50
かがりの郷(イベント広場)	23(金)	27(金)	25(金)	3:10～3:40
楠風台自治会館				4:00～4:30



## カルチャー

### シニアに役立つスマートフォン教室

**とき** 9月18日～10月2日の毎週金曜日、①午前9時30分～正午、②午後1時30分～4時（いずれも全3回）

**ところ** レインボーホール(市民会館)

**内容** ネット検索、地図・テレビの見方、カメラの活用法

**定員** ①②各16人（申し込み先着順）

**参加費** 無料（スマートフォン貸し出しあり）

**申し込み** 9月7日(月)～、NPO法人 きんぎうえぶ ☎(29)0019 へ



### 男性の料理教室

#### ～これならできる一汁二菜～

**とき** ①9月24日(木)、②10月1日(木)、③8日(木)、午前10時～午後1時（全3回）

**ところ** 人権文化センター

**内容** ①根菜入りハンバーグ・ミモザサラダ・手軽なビシソフーズ、②サンマのポン酢煮・秋ナスの揚げ浸し・キノコとワカメの味噌汁、③シューマイ・小松菜の中華風サラダ・酸辣湯（スーラータン）

**対象者** 市内在住・在勤の男性

**定員** 8人（申し込み多数の場合抽選）

**参加費** 無料（材料費3回分2100円程度実費）

**申し込み** 9月9日(木)までに人権文化センターへ（電話申し込み可）

### けあばるパソコン講座

#### ①フリーソフトを活用した画像加工

**とき** 10月15日～29日の毎週木曜日、午前10時～正午（全3回）

#### ②年賀状作り

**とき** 11月12日～26日の毎週木曜日、午前10時～正午（全3回）

#### ③オリジナルの音楽CD作り

**とき** 12月10日～24日の毎週木曜日、午前10時～正午（全3回）

**ところ** けあばる

**定員** 各8人（申し込み先着順）

**参加費** 各5000円（別途テキスト代実費）

**持ち物** ノートパソコン、①はデジタルカメラ

**申し込み** いずれも9月10日(木)、午前9時～、けあばるへ（電話申し込み不可）※いずれも9月6日(日)、午前7時～、けあばるホームページ〔<http://carepal.or.jp/>〕からも申し込みできます（定員各5人、申し込み先着順）。

### シニア向けスマートフォン講習会

**とき** 10月7日～21日の毎週水曜日、午後2時～4時（全3回）

**ところ** 総合福祉会館

**内容** ネット検索、地図・テレビの見方、カメラの使い方

**対象者** 市内在住で60歳以上の人

**定員** 10人（申し込み多数の場合抽選）

**参加費** 無料

**申し込み** 9月10日(木)～18日(金)までに、総合福祉会館へ（電話申し込み可）

### 教えて！内モンゴルのこと

中国の自治区の一つ「内モンゴル」で生まれ育った春英<sup>しゅんえい</sup>さんを講師に招き、内モンゴルの歴史や現在の様子、広い草原での暮らしの知恵などについて教えていただきます。

**とき** 9月25日(金)、午後1時30分～3時30分

**ところ** 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** 300円

**申し込み** 9月8日(木)～24日(木)までに、NPO法人とんだばやし国際交流協会 ☎・FAX(24)2622 へ

## 9月・10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
<b>とき</b> ( ) 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ゆったりストレッチバレエ ～体を整える～	各10人	月2回2500円
10月8日(木)、22日(木)、午前11時15分～午後0時15分		
②リボンレイ教室 ～ハワイの雑貨作り～	各15人	1回800円（材料費別）
9月26日(土)、10月24日(土)、午前10時～正午（※4人以上）		
③Happyヨガ ～デトックス&きれいのお手洗い～	各25人	1回900円
第1・3火曜日、第2・4木曜日、午前10時45分～11時55分 ※10月から第1・3火曜日のみ。		
④はじめてのヨガ ～体を整え使い方を学ぶ～	各20人	1回900円
第2・4金曜日、午前10時30分～11時45分		
⑤カラダ整えヨガ ～体を整え使い方を学ぶ～	各20人	1回1000円
第1・3木曜日、午後8時～9時15分		
⑥能楽・謡曲講座「謡」編	各10人	月額3000円（新規受講者は無料体験あり）
9月8日(火)、29日(火)、10月13日(火)、27日(火)、午後1時～2時30分		
⑦能楽・謡曲講座「仕舞」編	各10人	月額3000円（新規受講者は無料体験あり）
9月8日(火)、29日(火)、10月13日(火)、27日(火)、午後3時～4時30分		
⑧初めてのフラ講座	各20人	月額3000円（新規受講者は無料体験あり）
第2・3・4金曜日、午後2時～3時30分		
⑨ベビーマッサージ（0歳児と保護者対象）	各10組	1回1200円
9月18日(金)、10月2日(金)、16日(金)、午前10時30分～正午		
⑩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）	各10組	1回1250円
第2・4金曜日、第2・4土曜日（時間など詳しくは、お問い合わせください）		
⑪自分史「エンディングアルバム」作り	各5人	1回1200円（材料費別）
9月10日(木)、24日(木)、10月8日(木)、22日(木)、午前10時～正午		
<b>申し込み</b> 9月7日(月)、午前10時～、①～⑧はレインボーホール、⑨～⑪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「ちびっこルーム」をご利用いただけます（別途費用が必要）ので、子育て中の方も気軽にご参加ください（保育を希望される人は申し込み時に連絡してください）。		

## 第1回みなみかわち歴史ウォーク 「涼秋の古市古墳群、神社仏閣を歩く」～竹内街道から巡礼の道へ～

華やいで大阪・南河内観光キャンペーン協議会では、「今なお残る歴史」をテーマに古墳や社寺、文化遺産などを訪れるウォーキングを開催します。

**とき・ところ** 9月20日(日)、午前9時30分～10時に駒ヶ谷駅西側公園へ集合(近鉄南大阪線「駒ヶ谷駅」から徒歩5分) ※荒天中止。

**コース** 駒ヶ谷駅西

側公園(スタート)→白鳥神社→誉田八幡宮→墓山古墳→羽曳野市役所→白鳥陵古墳→峰塚公園→清寧陵古墳→美具久留御魂神社→お亀石古墳→錦織神社(ゴール)→近鉄長野線「川西駅」(徒歩約13\*)

**参加費** 無料(拝観料など実費)

**特典** 抽選で参加賞をプレゼント、完歩賞(シリーズ全3回を完歩した人全員に賞品をプレゼント)

**問い合わせ** 同協議会事務局(千早赤阪村まちづくり課内)〔☎(72)0081〕

## 手話一日入門教室

**とき** 9月11日(金)、午前10時30分～正午

**ところ** 金剛公民館

**対象者** 市内在住・在勤・在学の人

**定員** 10人(申し込み先着順)

**参加費** 無料

**申し込み** 9月6日(日)～、上田 りつこさん〔☎・FAX072(289)7867〕へ



## 農空間ウォーキング

**とき・ところ** 10月25日(日)、午前10時にサバーファーム第二駐車場(佐備2300)集合(小雨決行)

※大雨の場合は11月1日(日)に順延。

**内容** 農地開発された広大な地区内を、ごみ拾いをしながらウォーキング(約1.5\*)し、途中コスモス摘みやライスセンターを見学した後、サバーファームでイモ掘りを体験

**定員** 150人

**参加費** 無料

※動きやすい服装、靴で参加してください。

**申し込み** 10月5日(日)(必着)までに、はがきに参加者全員の住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、集合場所までの交通手段を記入し、☎584-0052佐備1103の1 東条地区土地改良区内東条農空間保全協議会へ(電話申し込み不可、申し込み多数の場合抽選)

**問い合わせ** 同協議会事務局〔☎(33)1171〕

## 第65回市民文化祭

### ①コーラスフェスティバル

**とき** 9月13日(日)、午後1時開演

### ②市民川柳大会

**とき** 9月19日(土)、午後1時開演(出句締切)

### ③謡曲大会

**とき** 10月4日(日)、午前10時開演

### ④箏・三絃・尺八演奏会

**とき** 10月4日(日)、午後1時開演

**ところ** ①④=すばるホール2階ホール、②③=すばるホール2階小ホール  
※いずれも入場無料、当日直接会場へ。

**問い合わせ** すばるホール

## 南河内大阪産めぐりスタンプラリー

南河内の農林産物などに親しんでもらうため、スタンプラリーを開催します。大阪産の農林産物などを扱う参加店(直売所や飲食店など)を巡り、応募用紙に3カ所のスタンプを集めて応募していただいた人の中から抽選で、南河内の農産物などをプレゼントします。応募用紙は、参加店(約40カ所)や市役所農業振興課などに備え付けています。

**とき** 9月10日(木)～11月30日(月)

**参加費** 無料

※詳しくは、府南河内農と緑の総合事務所ホームページ〔[http://www.pref.osaka.lg.jp/minamikawachinm/m\\_index/index.html](http://www.pref.osaka.lg.jp/minamikawachinm/m_index/index.html)〕をご覧ください。

**問い合わせ** 同事務所〔☎(25)1131〕

## 陸上自衛隊中部方面音楽隊コンサート

東北復興支援のため、同コンサートを開催します。当日は、被災地での救援活動などのスライド上映もあります。

**とき** 9月16日(日)、午後7時開演

**ところ** SAYAKAホール(大阪狭山市狭山一丁目875の1)

**入場料** 無料

**申し込み** 9月7日(日)(消印有効)までに、はがき(1枚に2人まで)に参加者の住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、☎659-0023芦屋市大東町10の12の208 陸上自衛隊中部方面音楽隊後援会〔☎090(3672)0026〕へ  
※申し込み多数の場合抽選、抽選結果の発表は座席券の発送をもって代えさせていただきます。

# 広告枠



## イベント

### ボードゲーム in きらめきファクトリー

国内外のさまざまなボードゲームを  
展示します。

**とき** 9月19日(土)～28日(月)、午前10時  
～午後6時

**ところ** 観光交流施設「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

### たび旅とんだばやし まち歩きツアー

**とき・ところ** 9月27日(日)、30日(火)、  
いずれも午前10時30分に、きらめき  
ファクトリー集合

**内容** 寺内町まち歩き、匂い袋作り体  
験、浄谷寺での写経体験など

**定員** 各15人(申し込み先着順)

**参加費** 3980円(体験料・昼食代含む)

**申し込み** 9月10日(木)、午前10時～、き  
らめきファクトリーへ(電話申し込み可)  
※参加には、たび旅とんだばやしへのメ  
ンバー登録が必要です。

### 古民家で楽しむ「錦影絵」

和製幻燈から映し出され、和紙のス  
クリーンに浮かび上がる、幻想的な錦影  
絵の物語を古民家でお楽しみください。

**とき** 9月23日(木)、午後6時30分～7  
時30分(午後6時開場)

**ところ** 重要文化財旧杉山家住宅

**定員** 80人(当日、直接会場へ) ※午  
後5時50分から整理券を配布します。

**入場料** 無料

**問い合わせ** 文化財課(内線508)

### のち ひな すうたい 後の雛「素謡の夕べ」

じないまち四季物語「後の雛」の開  
催に合わせて、能の「謡曲」・「仕舞」を  
上演する「素謡の夕べ」を実施します。

**とき** 10月10日(土)、午後6時～7時40  
分(午後5時30分開場)

**ところ** 重要文化財旧杉山家住宅

**定員** 70人

**参加費** 500円(入館料含む)

**申し込み** 9月1日(火)～25日(金)(消印  
有効)までに、往復はがきに参加者の  
住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番  
号を記入し、☎584-0033富田林町26の  
18 富田林じないまち文化トラストへ  
(申し込み多数の場合抽選)

**問い合わせ** じないまち四季物語実行  
委員会[☎080(6205)4540]

### ぎけいき 「義経記」を読む

**とき** 10月6日(火)、20日(火)、午後6時  
30分～8時(全2回)

**ところ** 金剛公民館

**内容** 義経と弁慶の  
生誕、義経と弁慶の  
出会い

**定員** 80人

**受講料** 無料

**講師** 四重田 陽美さん(大阪大谷大  
学文学部教授)

**申し込み** 9月1日(火)～15日(火)(必着)  
までに、往復はがきに講座名、参加者  
の住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話  
番号を記入し、☎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) ※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。定員に満たなかった場合は引  
き続き受け付けします。



### サバーファームだより

お花畑では、ピンクや赤のコスモス  
が咲き、園内は秋の装いに衣替えです。

#### ●ブドウ大福作り

**とき** 9月6日(日)、13日(日)、20日(日)、22  
日(月)、27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

#### ●秋ジャガイモ植え付け体験

**とき** 9月6日(日)、午前10時30分～正午

**定員** 30人 **参加費** 無料

#### ●イチゴ植え付け体験

**とき** 9月26日(土)、27日(日)、午前10時  
30分～正午

**定員** 各30人 **参加費** 無料

#### ●サツマイモ大福作り

**とき** 10月4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

#### ●稲刈り体験

**とき** 10月4日(日)、午前10時30分～正午

**定員** 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)。

#### ●秋の大収穫祭

**とき** 10月3日(土)、4日(日)、午前9時  
30分～

**内容** サツマイモ、サトイモ、シシト  
ウ、スイートコーンなど旬の野菜の収  
穫体験や、子どもが楽しめるゲームを  
開催

※いずれも入園料は別途必要です。

※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

## 広告枠

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。

## 市民総合体育館 体験教室の参加者を募集

### 《卓球》

とき 10月1日(木)、①午前10時～11時30分、②午後1時～2時30分

対象者 16歳以上の人 (①初心者、②初心・中級者)

### 《バドミントン》

とき 10月13日(火)、午前10時～11時30分

対象者 16歳以上の初心者

ところ 市民総合体育館

定員 各15人 (申し込み先着順)

参加費 無料

持ち物 上靴 ※用具は貸し出します。

申し込み 9月7日(月)～、市民総合体育館へ (電話申し込み可)



## 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

### ●メンズ・ヨガ

A 市内在住の人 B 若干名 C 第1・3水曜日、午後7時～8時30分 D 金剛公民館 E 月額1000円 F・G 浅野和美さん (☎78)9111)

### ●エーデルワイス (英会話)

A 市内在住の人 B 若干名 C 毎週水曜日、午前9時30分～正午 D 金剛公民館 E 3ヵ月4000円 F・G 吉川さん (☎080)3761)5957)

### ●カーリン大伴 (カーリンコン)

A 市内在住の人 B 多数 C 毎週日曜日、午後1時15分～4時 D 大伴小学校体育館 E 入会金2000円、月額300円 F・G 河原さん (☎090)5162)4735)

### ●富田林球友クラブ (卓球)

A 市内在住・在勤・在学中で中学生以上の人 B 10人 C・D 毎週水曜日、午後6時30分～9時=市民総合体育館、第1・3日曜日、午後0時15分～2時45分=青少年スポーツホール E 入会金1000円、月額1000円 F・G 宮崎一さん (☎090)3944)8685)



### ●金剛木版画クラブ

A 市内在住・在勤・在学の人 B 5人 C 第1・3日曜日、午前9時30分～11時30分 D 金剛公民館 E 月額1000円 (別途教材費実費) F・G 井上清さん (☎28)0380) (午後6時以降)

## 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4期=10月5日(月)～11月28日(土) (全8回)

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

対象者 一般=初・中・上級、ジュニアA=幼児～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、⑤⑥ 1万5120円、⑦8640円、⑧⑨ 1万800円

申し込み 9月6日(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、ジュニアは無料)。

## 第26回富田林市民スポーツ・レクリエーション祭

「健康みつけた！私のニュースポーツ！」家族や友達と一緒に、楽しい秋の一日を過ごしましょう！

イベント名	とき	ところ	内容
総合開会式	9月13日(日) 午前9時30分～11時	市民総合体育館	式典、演舞 申し込み 当日、直接会場へ ※参加賞あり。
インディアカのつどい	午前11時～午後5時	市民総合体育館	※申し込みは締め切りました。 見学を希望される人は、当日直接会場へ。
カーリンコンのつどい	9月13日(日) 午後1時～4時	市民総合体育館	簡単なルールで楽しく遊べる各種ニュースポーツ、お楽しみ抽選会 持ち物 上靴、タオル、お茶など 申し込み 当日、直接会場へ
ニュースポーツのつどい	9月20日(日) 午前10時～午後2時	青少年スポーツホール	体験コーナーと遊びあり 申し込み 当日、直接会場へ
スポーツチャンバラのつどい	9月27日(日) 午前9時～正午	市民総合体育館	申し込み 当日、直接会場へ

対象者 市内在住・在勤・在学の人 参加費 無料 問い合わせ スポーツ振興課 (☎20)0390)

## 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健康ウォーキング	近鉄長野線「川西駅」	13日(日) 午前8時30分～	花の文化園方面(河内長野市)
	寺池台小学校	27日(日) 午前8時～	西高野街道(和歌山県橋本市)
②ファミリーレクリエーション	大伴小学校	20日(日) 午前10時～	グラウンドゴルフ・ニュースポーツなど
	富田林小学校	20日(日) 午前10時～	
③身障者スポーツフィットネス	富田林小学校	20日(日) 午前10時～	

※いずれも当日直接会場へ、参加費無料 (ただし①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)

# 広告枠

※広告の問い合わせは、S T総合広告 (☎072)368)1227・FAX072(368)1228)へ。

## 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  
10/5  
※9/13、午前9時～正午まで、スポーツ・レクリエーション祭のため受け付け業務は実施しません。また、トレーニング場・卓球場も利用できません
- 青少年スポーツホール ☎(29) 3778  
10/5
- 総合スポーツ公園 ☎(35) 2121  
休みません
- 図書館  
中央☎(25) 4921・金剛☎(28) 1171  
9/7、14、21、22、28、10/5  
※9/23(秋分の日)は開館します
- 公民館  
中央☎(24) 3333・金剛☎(28) 1121  
東☎(25) 1772・喜志分館☎(25) 7966  
9/7、14、21～23、28、10/5
- 人権文化センター ☎(24) 0583  
9/6、13、20～23、27、10/4
- 児童館 ☎(25) 0666  
9/6、13、20～23、27、10/4
- 青少年センター(社会教育課) ☎(24) 1451  
9/7、14、21～23、28、10/5
- すばるホール ☎(25) 0222  
9/7、14、28、10/5
- レインボーホール(市民会館) ☎(25) 1117  
9/2、9、16、22、23、30
- 市民公益活動支援センター ☎(26) 7887  
9/5、6、12、13、19～23、26、27、10/3、4
- 総合福祉会館 ☎(25) 8261  
9/22～24  
※9/21(敬老の日)は開館します  
※毎週木曜日は浴場の利用はできません
- かがりの郷 ☎(20) 6070  
9/21～23  
※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  
9/7、14、21、28、10/5
- 農業公園サバーファーム ☎(35) 3500  
9/7、14、24、28、10/5
- 旧杉山家住宅・寺内町センター ☎(23) 6117  
旧田中家住宅 ☎(25) 6771  
9/7、14、28、10/5
- じないまち交流館 ☎(26) 0110  
9/7、14、24、28、10/5
- きらめきファクトリー(観光交流施設) ☎(24) 5500  
休みません
- 消防本部 ☎(23) 0119  
金剛分署 ☎(29) 0119



## スポーツ

### 健康づくり教室 (10回)

#### 《水泳の部》

- ①はじめてスイミング 10月13日～28年1月26日の火曜日、午後1時～2時
- ②スイムトレーニング 10月13日～28年1月26日の火曜日、午後2時30分～3時30分
- ③アクアピクス 10月7日～28年1月20日の水曜日、午前11時～正午
- ④4泳法チャレンジ 10月7日～28年1月20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 10月7日～28年1月20日の水曜日、午後3時～4時
- ⑥クロール入門 10月1日～28年1月14日の木曜日、午後1時～2時
- ⑦水中ウォーキング 10月1日～28年1月14日の木曜日、午後2時30分～3時30分
- ⑧平泳ぎプラス 10月9日～28年1月22日の金曜日、午後1時～2時
- ⑨リラックススイミング 10月9日～28年1月22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 10月3日～28年1月16日の土曜日、午後2時～3時



#### 《陸上の部》

- ⑪バランスボール 10月6日～28年1月19日の火曜日、午後2時30分～3時30分
- ⑫フラダンス 10月1日～28年1月14日の木曜日、午前9時45分～10時45分
- ⑬ヨガ 10月1日～28年1月14日の木曜日、午後1時～2時
- ⑭ライトヨガ 10月1日～28年1月14日の木曜日、午後2時30分～3時30分



※いずれも12月は休講します。  
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 9月8日(火)、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。

### 9月・10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、インディアアカ  
とき 9月13日～11月1日の毎週日曜日、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

市民総合体育館スポーツ教室				問い合わせ 市民総合体育館
教室名	とき	時間	対象者・内容	定員
ソフトフィットネス	10/6(火)、13(火)、20(火)、27(火)	午前10:00～11:30	18歳以上の女性対象のストレッチ体操やミニランポリンなど健康と体力づくりを図るトレーニング	30人
シルバーエイジレクリエーション	10/9(金)、16(金)、23(金)、30(金)	午後1:30～3:00	60歳以上の男女対象の柔軟運動、リズム体操、グラウンドゴルフなど健康保持のための運動	50人
キッズダンス	10/9(金)、16(金)、23(金)、30(金)	午後3:00～4:00	平成21年4月2日～23年4月1日までに生まれた幼児対象の音楽に合わせた楽しいダンス	20人
<p>参加費 ソフトフィットネス=3200円、シルバーエイジレクリエーション=2400円、キッズダンス=2800円</p> <p>回数 いずれも全4回</p> <p>申し込み 9月7日(月)～30日(水) (午前9時～午後9時)までに、参加費を添えて市民総合体育館へ(申し込み先着順、電話申し込み不可)</p>				