

第 137 号
平成 22 年 9 月 1 日
=編集・発行=
富田林市立
中央・東・金剛公民館

公民館だより

中央公民館主催講座
1・2P
東公民館主催講座
2・3P
金剛公民館主催講座
3P
イベント・お知らせ
4P

講座のお申込みは 講座を実施する公民館へ (電話受付も可)

☆受付期間中に定員を超える申込みがあった場合、9月16日(木)午前10時から、抽選を行います(結果は、郵送でお知らせします)

▼受付期間

9月1日(水)～14日(火)
ただし、月曜日は除きます。

▼受付時間

午前9時～午後5時30分
ただし、日曜日は午後5時まで。

中央公民館の講座 (本町 16-28 TEL 0721-24-3333) FAX: 0721-26-1966



身近な自然を知ろう!

市民セミナー

樹木&草花・しらべウォーキング

木々や草花には、自然の不思議がたくさん隠されています。ふだん見過ごしている植物を調査しながら歩けば、見慣れた街並みにも新しい発見が!



- 開講日 ① 11月17日(水) ② 20日(土) ③ 27日(土) ④ 12月1日(水) <全4回>
- 時間 午前10時～正午
- 場所 中央公民館内・錦織公園ほか
- 定員 30人
- 講師 新美 好正(元中学校・理科教諭)

おかあさんのための

町のすぐれ者塾

女性セミナー

リフレッシュ&リラックス体操

子育て真っ最中のおかあさん、集まれ!
朝のひと時、ストレッチや筋力アップ体操で、思いっきり体を動かして身体も心もリフレッシュしてみませんか。

託児教室併設

対象: 2歳～就学前の子ども
定員: 8人

- 対象 幼児～中学生の子どもを持つ女性
- 日程 11月2日～平成23年3月15日
(第1・3火曜日<1月は18日のみ>、全9回)
- 時間 午前10時～11時
- 定員 20人
- 準備物 ヨガマットあるいはエアロビクスマットほか
(詳細は受講決定時に通知)
- 講師 小林 都志子
(体操インストラクター・公民館特技登録者)



親子工作教室

町のすぐれ者塾

親子教室

つくってあそぼう!

身近にあるものをつかって、動かして遊べるおもちゃをつくりましょう。
大人も子どももいっしょに楽しめる工作教室です

この教室の詳細は、開催する前月の市広報に掲載します。募集は毎回行います。

第1回目の教室は、10月広報に掲載し、募集は10月6日(水)～16日(土)の間に、中央公民館で行います。9月からの受付はできませんのでご注意ください。

- 対象 5歳～小学生と保護者(小学校低学年までの児童は、保護者同伴。4年生以上は子どもだけの参加も可)
- 日程 11月20日～平成23年3月12日
(主に毎月第2土曜日<11月のみ20日開催>全5回)
- 時間 午後1時30分～3時30分
- 定員 15組30人
- 教材費 実費(必要な場合のみ)
- 講師 谷口 佳照・村木 弘則(公民館特技登録者)

母娘関係を考える

～もっともっと ええ関係講座～

- 対象 市内在住・在勤の女性
- 日程 11月12日・26日・12月10日
(金曜日・全3回)
- 時間 午後2時～4時
- 定員 20人
- 講師 桑田 道子



(女性ライフサイクル研究所予防啓発スタッフ)

男女共同参画リーダー養成講座

人権政策課共催

「まるで姉妹みたいに仲よし」「お互いのことは何でも分かりあえている」でも……。娘が思春期の時、大人になった時、そして老老介護の時……。人生のいろいろなステージでの、母としての私、娘としての私、もっともっと自分を生きるために考えてみましょう。

☆この講座は中央公民館で開催します

40歳以上の‘ちょっと気になる人’集合！

土曜の朝の健康体操

手話通訳

土曜の朝、公民館に集まって運動不足を解消しましょう！ ストレッチ体操や、今注目されている「玄米ニギニギ棒」を使った筋力アップ体操など、気軽に生活へ取り入れられる体操を実習します。

- 対象 市内在住・在勤のおおむね40歳～50歳代の人
- 日程 11月6日～平成23年3月19日
(第1・3<1月は第3・5>土曜日、全10回)
- 時間 午前10時～11時15分
- 定員 男性10人 女性10人 計20人
- 準備物 ヨガマットあるいはエアロビクスマットほか
(詳細は受講決定時に通知)
- 教材費 実費
- 講師 小林 克繁
(体操インストラクター・公民館特技登録者)

市民セミナー

町のすぐわ者塾

☆この講座は中央公民館で開催します

作ればわかる！

町のすぐわ者塾 市民セミナー

男性のためのヘルシー料理教室

健康を維持する上で、欠かせないのが毎日の食生活です。用意された料理を食べるだけでは、過食や塩分のとり過ぎなど、「わかっちゃいるけどやめられない」ことになりがちです。この講座では、料理の基礎を楽しく実習しながら、カロリーコントロールなどに気をつけた、食生活への理解を深める学習を行います。



- 対象 市内在住・在勤の男性
- 日程 11月5日～3月4日(主に毎月第1金曜日<1月のみ14日開催>、全5回)
- 時間 午前10時～午後1時30分
- 定員 20人
- 準備物 エプロン、三角巾ほか
(詳細は受講決定時に通知)
- 教材費 4,000円(開講前に一括納入、途中欠席・キャンセルされても、原則返金はできません)
- 講師 とんだばやし地域活動栄養士会 派遣講師

東公民館の講座 (山中田町 1-5-50 TEL 0721-25-1772) FAX: 0721-26-1977

エコ検定にチャレンジしましょう！

市民セミナー

環境に対して幅広い知識を持ち、社会の中で率先して環境問題に取り組む“人づくり”、そして環境と経済を両立させた「持続可能な社会」を目指すのが「環境社会検定試験＝eco検定」です。



- 日程 10月14日～12月2日
(10月19日のみ火曜日、他は毎週木曜日、全8回)
- 時間 午後7時～8時45分
- 定員 16人
- 教材費：テキスト代として2,625円
- 準備物：筆記用具
- 講師：日本リスクマネージャネットワーク講師
- 協力：大阪大学大学院工学研究科附属サステナビリティ・デザイン・オンサイト研究センター

☆講座についてのお問合せ、お申し込みは、それぞれ開催する公民館にお願いいたします。

はじめての中国語会話 (入門編)

市民セミナー

中国語をはじめて学ぶ人を対象に、中国語の基礎を学びます。
発音からはじまり、簡単な挨拶から旅行での会話まで、あなたもチャレンジしませんか？



- 日 程：9月30日～12月16日
(10月19日のみ火曜日、他は毎週木曜日、全12回)
- 時 間：午後7時～9時
- 定 員：16人
- 教材費：テキスト代として2,310円
- 準備物：ノート・筆記用具
- 講 師：劉 麗 (大阪千代田短期大学中国語講師)

☆この講座は東公民館で
開催します

市民セミナー

はじめての手描き友禅

手描き友禅で、日本の伝統文化にふれてみませんか？今回は、タペストリーをつくります。
さあ、この秋からはじめましょう！

- 日 程：9月29日～10月27日 (毎週水曜日、全5回)
- 時 間：午後1時30分～3時30分
- 定 員：16人
- 教材費：3,000円
- 準備物：受講決定時に通知
- 講 師：寺塩 桂子 (染色家)



金剛公民館の講座 (高辺台 2-1-2 TEL 0721-28-1121) FAX: 0721-29-5900

子育て、ほっとひと息タイム 家庭教育学級 (市民企画講座)

子育てって、本当にむずかしい。どうしてうまくいかないの？でも、むずかしくってあたりまえ。
この講座では、子育ての雑学、ほめ方やほめるタイミングを学び、家庭での実践を通してグループで
お互いの結果を分かち合い、楽しみながら自然に「気づき」を深めていきます。あなたもひと息ついてみませんか？

- 対 象 4～9歳の子どもをもつ保護者
- 日 程 ①組 10月29日、11月5日、19日、12月3日、17日
②組 10月29日、11月12日、26日、12月10日、17日
それぞれ全5回・毎回金曜日 (初回と最終回は合同開催)
- 時 間 午前10時～正午
- 定 員 各組8人 ■教材費 500円
- 講 師 北野和代 (ペアレント・トレーニング・インストラクター)

託児教室併設

- 対 象：2歳～就学前の子ども
- 定 員：各組6人
- ※おやつ代等として500円必要



世界の家庭料理と地域の多文化を楽しもう！

富田林市在住の外国人市民の方と一緒にその国の家庭料理を作りながら交流します。また、
地域に暮らす外国の人たちの思いを聞いて語り合い、互いの文化の違いなどを楽しく理解しましょう。

多文化理解講座

- 日 程 11月11日、18日、12月9日、16日、1月13日、20日 (全6回・毎回木曜日)
- 時 間 1・3・5回は、午前10時～午後2時
2・4・6回は、午後2時～3時30分
- 定 員 15人
- 教材費 3,000円 (開講前に一括納入、途中欠席・キャンセルされても、
原則返金はできません)
- 講 師 市内在住の外国人市民、蔵田和子 (通訳・コーディネーター)



託児教室併設

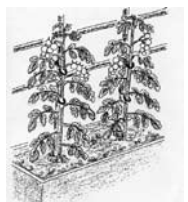
- ※1・3・5回のみ開設します
- 対 象：2歳～就学前の子ども
- 定 員：6人

プランターの野菜づくり

市民セミナー

畑がなくてもできる野菜づくりに挑戦しませんか？新鮮で安全な自家製野菜づくりのコツを学びます。

- 日 程 9月24日、10月1日、15日、29日、
11月5日 毎回金曜日 (全5回)
- 時 間 午後1時30分～3時30分
- 定 員 16人
- 教材費 5,000円
- 準備物 手袋 移植ごて ごみ袋 筆記用具
- 講 師 藪 正秀
(大阪テクノホルティ園芸専門学校 客員教授)



このマークのある講座は、手話通訳が可能です。申込みの際に、ご連絡ください (FAXでの申し込み可)

アジアの映画まつり 2010 会場：富田林市立 公会堂

長江に生きる



9月18日

(土)

午後1時15分～2時

映画パブリシスト・岸野令子さんによる解説

午後2時～3時50分

「飛べ、ペンギン」

午後4時10分～6時7分

「長江に生きる～乗愛の物語」

「長江に生きる～乗愛 (ピンアイ) の物語」

山峡ダム建設による国の移転計画に、一人のごく平凡な中国女性が抵抗する。大地に根差した生活を貫く彼女の生き様を、カメラは7年間見つけ、ドキュメンタリーの地平を切り開く傑作が生まれた。

(2007年/中国/監督：憑艶/117分)

9月19日

(日)

午後1時30分～3時27分

「長江に生きる～乗愛の物語」

午後3時40分～5時30分

「飛べ、ペンギン」上映

「飛べ、ペンギン」

市役所に勤める人々とその家族の日常を描いた群像劇。韓国を代表する女性監督イム・スルレのユーモアあふれる逸品。

(2009年/韓国/監督：イム・スルレ/110分)

申込み不要・直接会場(公会堂)にお越しください

定員：当日先着 350人

お問合せは、中央公民館へ (Tel 0721-24-3333)



<主催：中央公民館 協力：(特活)とんだばやし国際交流協会 中央公民館クラブ連絡会>

(予告) 第1回 全日本 紙&ソフトブーメラン大会 in 南河内

とき：平成22年12月26日(日)

会場：富田林市立総合体育館

☆詳細は、市広報11月号でお知らせします

現在開講中の公民館講座「ニュースポーツをみんなで作ろう」で開発中のルールで、日本初の大会を開催します。子どもから高齢者まで楽しめる大会ですので、どうぞお楽しみに！(お問合せは、中央・金剛公民館へ)

巡回公民館講座

「紙ブーメラン教室」も受付中!

子ども会、自治会、老人会などの行事として、大会のルールに合わせた講習会を、あなたの町で開きませんか?

詳しくは、中央公民館まで!

(Tel 0721-24-3333)

富田林市公民館まつり：10月23日(土)・24日(日)

とんだばやし日本語よみかき教室 <申込不要・受講料無料>

戦争や家庭の事情のために学校に行けず、「よみかき」に困っている人、あるいは外国から日本に来て、日常生活に不自由している人、公民館で勉強しませんか?

◇朝の部：毎週水曜日午前10時～11時30分

◇夜の部：毎週火曜日午後7時～8時30分

Vamos divertirse aprendiendo japonés 大家一起轻松愉快地学日语?

Come and let's have fun learning Japanese!

○お問い合わせ：中央公民館または「とんだばやし国際交流協会」(0721-24-2622)



中河内ふたつたれ
THE NAGAHARA INTERNATIONAL