

### けあぱるパソコン講座

①5月25日(火)、26日(水)、27日(木)、②6月29日(火)、30日(水)、7月1日(木)、午前10時～正午(全3回)

場けあぱる

内ワード&エクセルを学ぶコース

定各6人(最小催行人数各5人)

料5500円(別途テキスト代実費)

器ノートパソコン

用5月8日(土)、午前9時～、電話で、けあぱるへ(定員各1人、申し込み先着順)

※5月6日(木)、午前7時～、けあぱるホームページ[<https://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)。

### 豊かな老後のためのロコモ・メタボ予防教室(講義の部)

①6月5日(土)、午前9時30分～午後0時30分

場金剛公民館

定50人

料無料

用5月17日(月)までに、往復はがきの往信裏面に講座名、参加者の住所、氏名、電話番号を、返信表面に、住所、氏名を記入し、〒545-6023大阪市阿倍野区阿倍野筋1の1の43あべのハルカス23F 大阪大谷大学ハルカスキャンパス〔☎06(6615)8460〕(祝日を除く火～土曜日、午前10時～午後7時)へ(申し込み多数の場合抽選)

※大阪大谷大学ホームページ[<https://www.osaka-ohtani.ac.jp/local/extension/form/index.php>]からも申し込みできます。



### 《新刊案内》

#### ■小説・エッセイ・その他

草原のサーカス 彩瀬 まる  
おとぎの森の動物刺繍 ヤマノウチユイ  
幣原喜重郎 種稲 秀司

#### おはなし会

中央図書館 5月9日(日)、23日(日)、午前10時30分～11時

金剛図書館 5月15日(土)、6月5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 5月16日(日)、30日(日)、6月6日(日)、午前10時30分～11時

金剛図書館 5月8日(土)、22日(土)、29日(土)、午後2時～2時30分

### クラブ員募集

- Ⓐ対象者
- Ⓑ募集人数
- Ⓒ活動日時
- Ⓓ活動場所
- Ⓔ会費
- Ⓕ申し込み
- Ⓖ問い合わせ

#### 富田林少年剣道同好会

Ⓐ年長以上 Ⓑ若干名 Ⓒ毎週火・木・土曜日、いずれも午後6時30分～8時30分 Ⓓ毎週火曜日＝青少年スポーツホール、毎週木曜日＝葛城中学校、第1・2土曜日＝藤原中学校、第3～5土曜日＝金剛中学校 Ⓔ入会金3000円、月額2500円 ⒻⒼ井上さん〔☎090(3849)5754〕

#### 喜志剣道教室

Ⓐ有段者のみ(剣道範士8段が全体指導) Ⓑ30人以上 Ⓒ毎週土曜日＝午後4時～7時、日曜日＝午後2時～5時 Ⓓ喜志西小学校体育館 Ⓔ入会金5000円、年会費1万円 ⒻⒼ應治 政弘さん

### 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 5月21日(金)、午前10時10分～10時40分

金剛図書館 5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 5月21日(金)、午前11時10分～11時40分

金剛図書館 5月20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 5月20日(木)、午前11時10分～11時40分

※先着各7組、ハンカチ持参。※いずれも当日、直接会場へ。

〔☎090(3997)6788〕(ショートメール可)

#### うさぎっこぴょん太ぴょん子クラブ(トランポリン)

Ⓐ平成27年4月～平成30年3月生まれの幼児 Ⓑ若干名 Ⓒ毎週金曜日、午後3時～4時15分 Ⓓ市民総合体育館 Ⓔ入会金1500円、年額3700円(協会費・保険代)、月額1500円 ⒻⒼ浦田康江さん〔☎(25)6280〕

#### トマトクラブ(健康体操)

Ⓐおおむね60歳以上 Ⓑ5人 Ⓒ毎週木曜日、午後1時～2時30分 Ⓓ市民総合体育館 Ⓔ月額1500円 ⒻⒼ原 セツ子さん〔☎(25)7203〕

#### モアフレッシュ富田林(健康体操)

Ⓐ55歳以上の女性 Ⓑ5人 Ⓒ毎週木曜日、午後1時30分～3時 Ⓓ市民総合体育館 Ⓔ月額1500円 ⒻⒼ中村 早百合さん〔☎(24)3570〕 ※午後5時以降。

🕒=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

保健医療

子育て

相談

くらし

ゆとり



## カルチャー

### ボーイスカウト体験入隊

🕒5月16日(日)、午前9時～正午  
※雨天中止。

📍磯長小学校(太子町春日1569)

👤幼稚園年長～小学4年生の男女

👥20人

💰無料

※実施内容などは、後日参加者に連絡します。

📝5月6日(木)～、北 幹雄さん(日本ボーイスカウト富田林第1団) [☎090(3288)5331]へ(申し込み先着順)

### いきいきワークショップ～リラックスの感覚を日常に浸透させよう～

🕒5月26日(水)、6月23日(水)、午前10時～11時 ※荒天の場合中止。

📍千早いきいき広場(石川サイクル橋横)

👤元気発展エクササイズ、ゆるヨガ(5月のみ)、ソフトレッチなど

👥各20人

💰各500円

👜飲み物、帽子(持っている人はレジャーシート)

📝5月6日(木)～、NPO富田林ハートセラピー協会[☎090(9547)5179](申し込み先着順)

### じないまち歴史・文化ゼミナール 楠木一族と富田林

🕒5月16日(日)、午後2時～4時  
📍寺内町センター

👤生駒 孝臣さん(花園大学講師)による講演「楠木正成とその一族について富田林との関連を含めて」

👥30人

💰1000円

👜筆記用具

📝5月7日(金)～、旧杉山家住宅へ(申し込み先着順)

### けあばる園芸講座

春の草花の寄せ植えを作ります。

🕒5月25日(火)、午後1時30分～3時30分

📍けあばる

👥18人(最小催行人数5人)

💰2000円(材料費込み)

👜スコップ、手袋、お持ち帰り用袋、汚れてもいい服装

📝5月12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)

※5月6日(木)、午前7時～、けあばるホームページ[<https://carepal.or.jp>]からも申し込みできます(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。

🤖Android

### Androidスマートフォン講習会

🕒6月3日(木)、10日(木)、17日(木)、午後2時～4時(全3回)

📍総合福祉会館

👤操作の基礎、LINE、地図など

👤市内在住で60歳以上の人、ひとり親家庭の人、障がい者手帳を有する人

👥10人

💰無料

👜Androidスマートフォン

📝5月6日(木)～12日(水)に、総合福祉会館へ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)

### はじめる!つかえる!スマホ教室

🕒6月28日(月)、29日(火)、午前10時～正午(全2回)

📍かがりの郷

👤基本操作とLINEの使い方

👤市内在住でスマホをお持ちの人

👥10人

💰1回300円(テキスト代含む)

👜スマートフォン、筆記用具

📝5月28日(金)、午前9時～、電話でかがりの郷へ(申し込み先着順)

### 講演会「精神疾患をもつ家族とのコミュニケーション」～家族が回復の伴奏者となるために～

🕒5月9日(日)、午後2時～3時30分

📍すばるホール

👤公認心理士・臨床心理士による講演

👥24人

💰無料

📝5月6日(木)～、佐野さん(富田林ほっこり会)[☎080(3814)6589]へ

### 5月・6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
とき ( ) 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リボンレイ教室～ハワイの手作り雑貨作り～	各15人	各800円(材料費別)
5月22日(土)、6月26日(土)、午前10時～正午(※4人以上)		
②能楽・謡曲講座「謡」「仕舞」編	各10人	月額各3000円(初回無料)
5月11日(火)、25日(火)、6月8日(火)、15日(火)、22日(火)、午前11時～午後4時30分の間で、1人各30分、月2回。 ※両編受講の場合は合わせて月額5000円。見学・体験可。		
③～健康・美容・気持ちのリラックスのために～ゆる体操初級講座	各20人	1回600円
5月11日(火)、25日(火)、6月8日(火)、22日(火)、午後2時～3時 ※6月まで、福祉センター利用者証ご提示で参加費無料となります。		
申し込み 5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)		

### 発見・感動を生きる力に!! 富田林きらめき大学

ニューノーマル時代の今、心理学を学んで元気になろう。

🕒👤①5月23日(日)=心地よい人間関係をつくる、②5月30日(日)=身体と心が元気になる、③6月13日(日)=日々の暮らしを楽しむに変える、④6月20日(日)=自己能力を高めるために、いずれも午後1時30分～3時30分

📍<sup>トピックス</sup>Topic (きらめき創造館)

👤各20人 💰無料

🕒①5月10日(月)、②5月24日(月)、③6月7日(月)、④6月14日(月)までに、生涯学習課 [☎(26)8056] へ (申し込み多数の場合抽選)

※富田林きらめき大学の公式LINEからも申し込みできます(右図のQRコードからアクセスできます)。



### クリアファイルで仮面をつくろう!

🕒5月22日(土)、午後1時～4時

📍中央公民館

👤美術家の中尾 純さんとクリアファイル素材にし、切ったり折ったりして、比較的簡易な仮面づくりにチャレンジします

👤小学生以上 (小学3年生以下は保護者同伴)

👤10人

💰100円

🎒はさみ、カッターナイフ

🕒5月13日(休)(必着)までに、来館または、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、〒584-0093 本町16の28 中央公民館へ(申し込み多数の場合抽選)

### みどりの勉強会

樹木医をはじめ、病害虫駆除や肥料などの専門家が講師となり、「緑の知識を深めたい」「自分で庭の樹木の管理をしてみたい」と考えている人をサポートする講座です。

🕒6月9日～30日、10月6日～27日の毎週水曜日 (全8回)

📍金剛東中央公園(向陽台三丁目2)

👤<sup>せんてい</sup>剪定、病害虫、肥料、土壌、花壇植え付け、野外樹木観察など

👤市内在住・在勤の人

👤20人

💰無料

🕒5月19日(休)～27日(休)(土・日曜日を除く午前9時～午後5時)に、市公園緑化協会(内線409)へ(申し込み先着順)

※詳しくは、同協会ホームページ[<https://tondabayashi-park.or.jp>]をご覧ください。

### レクリエーション・インストラクター養成講座

レクリエーションを学んで、子どもや高齢者、ご自身の「元気」「笑顔」を作りませんか。レクリエーション・インストラクターの資格を取得することも可能です。

🕒6月6日(日)～10月24日(日)(全11回)  
※詳しい日程は、お問い合わせください。

※講座の他に、レクリエーションイベントなどへ3回参加します。

📍<sup>トピックス</sup>Topic (きらめき創造館) 他

👤市内在住・在勤・在学の人

👤30人 💰無料(テキスト代他実費)

※テストに合格し、資格申請する人は受験料および資格登録費が必要です。

※資格取得は、申請時18歳以上の人のみ可能です。

🎒筆記用具、屋内シューズ、動きやすい服装、飲み物

🕒5月6日(休)～19日(休)に参加者の住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、メールアドレス、所属先(勤務先など)を明記し、ファクスまたはEメールで生涯学習課 [FAX(26)8064・Eメールs-gaku@city.tondabayashi.lg.jp] へ(申し込み先着順、電話申し込み不可)

※イベントなどに参加される際は、感染防止のため、マスクの着用など主催者の指示に従ってください。

# 広告枠



## イベント

### 「花の美展2021」作品展

花をモチーフとした絵手紙などのハンドメイド作品を展示します。

📅6月18日(金)～22日(火)、午前10時～午後5時 ※最終日は午後2時まで。  
📍レインボーホール(市民会館) 1階 特別会議室

🆓無料(当日、直接会場へ)

※同展では作品を募集しています。レインボーホールに備え付けの応募用紙に記入し、5月6日(木)～27日(木)、午前10時～午後5時に、同ホールへ(定員20人、申し込み先着順)。応募用紙は同ホールホームページ(<http://rainbowhall.jp/>)からもダウンロードできます。選考後、結果をご連絡します。  
📍レインボーホール

### アウトドアを楽しめるボランティアをしませんか

市野外活動協会では、子どもたちと一緒にアウトドアを楽しむボランティア会員を募集しています。  
📍野外料理教室(5月・11月)、教育キャンプ(8月)、野外スイーツ教室(10月)の開催など  
📍市内在住・在勤・在学で高校生以上の人

※申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。

📍生涯学習課[☎(26)8062] または、西野さん(同協会)[☎080(1434)8443・Eメールkouwa.nishino-y@nifty.com]

### サバーファームだより

園内のお花畑では、5月中旬まで色とりどりのポピーが見頃です。

#### ①イチゴ大福作り

📅5月9日(日)、16日(日)、23日(日)、30日(日)、午前10時30分～正午、午後0時45分～2時、午後2時20分～3時30分  
👤各20人 🎫700円

#### ②サツマイモ植え付け体験

📅5月15日(土)、16日(日)、午前10時30分～正午 📍各30人 🎫無料

#### ③ジニア植え付け体験

📅5月23日(日)、午前10時30分～正午 📍30人 🎫無料

#### ④田植え体験

📅5月23日(日)、午前10時30分～正午 📍30人 🎫無料

#### ⑤サバーフェスタ

📅5月2日(日)～4日(祝)  
📍手作り雑貨のお店やおいしい食べ物のお店が出店します

※①～④は当日午前9時30分～受け付け(先着順)、⑤は当日直接会場へ。

📍サバーファーム

### 第24回富美展

📅5月25日(火)～29日(土)、午前10時～午後6時 ※最終日は午後4時まで。

📍湯すばるホール3階展示室

📍日本画、洋画、彫刻、書、写真  
👤50人(当日、直接会場へ)

🎫無料

📍内山 南美さん(市美術協会事務局)[☎090(3493)6014]

### 第71回市民文化祭ミュージックフェスティバル

📅5月30日(日)、午後2時30分開演  
📍湯すばるホール2階ホール

📍軽音楽部門の発表会

👤403人(当日、直接会場へ)

🎫無料 📍湯すばるホール



## カルチャー

### 歌声広場 in じないまち交流館

📅5月15日(土)、7月17日(土)、9月18日(土)、午後2時～3時30分  
📍じないまち交流館

📍アコーディオンの演奏にのせて懐メロや童謡、唱歌などを歌う

👤各30人

🎫1000円

📍5月7日(金)～、じないまち交流館へ(申し込み先着順)

※掲載されているイベントなどは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または延期する場合があります。

## 広告枠

## キッズチアダンス教室

基礎レッスンからポンポンを使っ  
てのダンスをします。

㊦㊩①毎週木曜日、午後4時30分～5時20分=7歳～10歳、②毎週金曜日、午後3時20分～4時10分=4歳～6歳(月4回) ※開始日など詳しくは、お問い合わせください。

㊧青少年スポーツホール

㊪①②各5人

㊫月額3060円

㊬上靴、タオル、飲み物、動きやすい服装

㊭5月7日(金)、午前9時～、青少年スポーツホールへ(申し込み先着順、電話申し込み可)

## 脳の健康寿命をのばそう！明日からできる10のポイント

㊦5月21日(金)、午後2時～3時

㊧レインボーホール(市民会館)

㊨生活習慣の見直しと頭を使うトレーニング

㊪25人

㊫600円(当日徴収)

㊬動きやすい服装、フェイスタオル、筆記用具、飲み物

㊭5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)

## 富スポグラウンドゴルフ大会

㊦6月16日(水)、午前8時～午後1時、正午～午後5時

※雨天時は23日(水)に延期。

㊧総合スポーツ公園多目的競技場

㊨24ホールストロークプレー

㊪各150人 ㊫1000円(当日徴収)

㊭5月17日(月)～31日(月)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。

## エクササイズ教室

㊦㊩水曜日コース(月4回)、土曜日コース(月2回)、水・土曜日コース(月6回)、いずれも午前9時30分～10時30分=60歳以上の人、午前10時45分～11時45分=30歳以上の人

㊧市民総合体育館

㊨音楽に合わせて動いたりストレッチしたり楽しむエクササイズ ㊪各10人

㊫水曜日コース=月額4400円、土曜日コース=月額2200円、水・土曜日コース=月額4950円、回数券(5回分6000円) ※1回体験あり1000円。

㊬動きやすい服装、上靴、タオル(持っている人はヨガマット)

㊭5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)

## 5月・6月の東公民館ホール一般開放

㊦5月2日～6月27日の毎週日曜日(5月30日は除く)、午前9時～午後5時

㊧貸出遊具 卓球、バドミントン、インディアカなど

㊫無料

㊬上靴

㊭東公民館

## イベント

### 第30回ファミリー野外料理教室

㊦5月23日(日)、午前9時30分～午後3時(雨天決行)

㊧場市立青少年教育キャンプ場(現地集合)

㊨ローストビーフ、サラダ、飯ごう炊さん

㊩市内在住・在勤・在学の人 ㊪30人

㊫1000円(小学生未満500円)

㊭5月6日(木)～14日(金)に、参加費を添えてTopic(きらめき創造館)3階生涯学習課(☎(26)8062)へ(申し込み先着順、電話申し込み不可、家族単位でお申し込みください)

※Eメールでの申し込みも可。参加者全員の住所、氏名、年齢、性別、電話番号、アレルギーの有無を明記し、西野さん(Eメールkouwa.nishino-y@nifty.com)へ。

※イベントなどに参加される際は、感染防止のため、マスクの着用など主催者の指示に従ってください。

# 広告枠

保健医療

子育て

相談

くらし

ゆとり

## 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  
休みません

●青少年スポーツホール☎(29)3778  
休みません

●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  
5/6、10、17、24、31

●公民館  
中央☎(24)3333・金剛 ☎(28)1121

東☎(25)1772・喜志分館☎(25)1117  
5/3～5、10、17、24、31

●人権文化センター ☎(24)0583  
5/2～5、9、16、23、30

●児童館 ☎(25)0666  
5/2～5、9、16、23、30

●Topic(きらめき創造館)☎(26)8056  
5/3～5

●すばるホール ☎(25)0222  
5/10、17、24、31 ※5/1～9は午後5時30分で閉館。

●レインボーホール(市民会館) ☎(25)1117  
5/5、12、19、26、6/2

●市民公益活動支援センター ☎(26)7887  
5/1～5、8、9、15、16、22、23、29、30、6/5

●総合福祉会館 ☎(25)8261  
5/3～5 ※毎週木曜日は浴場の利用はできません。

●かがりの郷 ☎(20)6070  
5/3～5 ※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  
5/3、10、17、24、31

●農業公園サバーファーム ☎(35)3500  
5/6、10、17、24、31

●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

5/6、10、17、24、31

※旧杉山家住宅は、5/14は臨時休館します。

●きらめきファクトリー ☎(24)5500  
休みません

●消防本部・消防署 ☎(23)0119  
金剛分署 ☎(29)0119

消防災害情報案内☎0180(99)7299  
●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

### 腰周リスッキリ講座

① 6月24日(木)、午後2時～3時  
場 レインボーホール (市民会館)

② 腰痛の予防・解消・下腹ポッコリを解消するエクササイズを紹介

③ 自力で歩行が可能なる人

④ 15人 ⑤ 700円(当日徴収)

⑥ 動きやすい服装、靴下、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、フェイスタオル

⑦ 5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)

### 65歳からの健康体操 (LaLaLaサーキットライト)

楽しみながら、椅子に座った状態でのリズム体操、筋力トレーニング、脳トレーニングなどをしましょう。

### すばるホールの一部が 利用できなくなります

市庁舎の建て替えに伴い、庁舎内の部署の一部をすばるホールに移転することから、令和4年7月1日(金)から、一部の貸館ができなくなります。

### 利用できなくなる施設

2階=小ホール・会議室1、3階=展示室・清光の間・アルデバラン  
④ すばるホール

⑧ 毎週火曜日、午後1時30分～2時30分(月4回)

場 青少年スポーツホール

⑨ 65歳以上の人 ⑩ 3人

⑪ 月額3560円 ⑫ 動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物

⑬ 5月7日(金)、午前9時～、青少年スポーツホールへ(申し込み先着順、電話申し込み可)

### トランポリン教室

⑭ 5月11日(火)～7月27日(火)の毎週火曜日、午後3時10分～4時30分(全12回)

場 市民総合体育館

⑮ 平成28年4月2日生まれの子ども～小学1年生

⑯ 10人 ⑰ 月額4000円

⑱ 靴下、上靴、動きやすい服装

⑲ 5月6日(木)、午前10時～、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)

### 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 月～土曜日(月4回)		土曜日	
月・水・木	金曜日		
① 9:30～11:00	一般	⑧ 9:30～11:00	一般
② 11:00～12:30		⑨ 11:00～12:30	
③ 13:00～14:30		⑩ 13:00～14:00	ジュニアA(初級)
④ 15:30～17:00		⑪ 14:00～15:00	ジュニアB(中級)
⑤ 17:00～18:00			
⑥ 18:00～19:00			
⑦ 19:00～20:30			
対象者 一般=初・中・上級、ナイター、ジュニア=A初級・B初級			
受講料 ①～④6600円、⑤⑩4400円、⑥⑪5500円 ⑦⑧⑨7700円			
申し込み 総合スポーツ公園で随時受け付け ※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550円で1回のみ受講可、ジュニアは無料)。			

### 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	今月は、お休みします	
② ファミリーレクリエーション	大伴小学校 寺池台小学校		
③ 健康ウォーキング	向陽台小学校	23日(日) 午後1時～	グラウンドゴルフ
		23日(日) 午前8時～	くまやまじぞんいん 九度山慈尊院方面

※いずれも当日直接会場へ、参加費無料(ただし③は交通費、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(4422)6663 (生涯学習課直通) へ。