

## がんばった人に花まる!

### ●スポレク祭インディアカのつどい

《女子の部》

優勝 つばさA

《混合の部》

優勝 フォーショット

《シニア・初心者の部》

優勝 レッドウィング

### ●第69回市民体育大会

#### ◇卓球競技の部

《男子シングルス》

優勝 室木 剛/準優勝 栗林 竜士

/第3位 上本 浩

《女子シングルス》

優勝 藤原 明子/準優勝 上原

早苗/第3位 徳永 益代

《男子ダブル》

優勝 吉川・栗林組/準優勝 上本・

丹羽組/第3位 室木・井藤組

《女子ダブルス》

優勝 上田・原田組/準優勝 榊中・

徳永組/第3位 江頭・中野組

## 新刊案内

剛心

木内 昇

ゲストリスト

ルーシー・フォーリー

オードブル教本 坂田 阿希子

グリーンウッドワーク生木で暮らし

の道具を作る 久津輪 雅

## おはなし会

中央図書館 1月9日(日)、23日(日)、

午前10時30分～11時

金剛図書館 1月15日(土)、2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 1月16日(日)、午前10

時30分～11時

金剛図書館 1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 1月21日(金)、午前10  
時10分～10時40分

金剛図書館 1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 1月21日(金)、午前11

時10分～11時40分

金剛図書館 1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 1月20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7組、ハンカチ持参。



保健医療

子育て

相談

くらし

ゆとり

## オリックス・バファローズ 夢と感動をありがとう!!

本市では、スポーツ推進の一環として、2012年度からオリックス・バファローズと共にプロ野球ウエスタン・リーグ公式戦「富田林ドリームフェスティバル」を開催しています。

この度、オリックス・バファローズが25年ぶりのパシフィック・リーグ制覇に続き、クライマックスシリーズも優勝しました。日本シリーズには敗れましたが、全員野球で優勝めざして挑む姿に、感動した人も多いのではないのでしょうか。

来シーズンこそは日本一をめざして、更なる活躍を期待しています。

夢と感動をありがとう!!  
オリックス・バファローズ!!

問生涯学習課 ☎(26)8062



※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。

①=とき、②=ところ、③=内容、④=対象者、⑤=定員、⑥=費用、⑦=持ち物、⑧=申し込み、⑨=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

### 富田林きらめき大学「英語でおもてなし講座」



英語で富田林を紹介する動画を撮影し、「富田林きらめき大学YouTube」に掲載してみましょ。

① 1月30日(日)、午後1時30分～3時30分、2月20日(日)、午後1時～4時(全2回)

② Topic (きらめき創造館)

③ 中学生以上

④ 20人 ⑤ 無料

⑦ スマートフォン

※YouTubeへの動画投稿のために、参加するまでにグーグルアカウントの取得が必要です。

⑧ 1月14日(金)までに、生涯学習課〔☎(26)8056〕へ(申し込み多数の場合は抽選)

※富田林きらめき大学の公式LINEからも申し込みできます。

### 第21回多文化いどばたカフェ「もっとエジプトの風に吹かれて」

3年間エジプトの日本人学校に勤務した小川 訓史さんを再び講師に迎え、現地での体験を写真とともにお話しします。今回は質問の時間もたっぷり設けます。

① 1月26日(水)、午後2時～4時

② とんだばやし国際交流協会

③ 7人 ④ 500円

⑦ 筆記用具

⑧ 1月6日(木)～、とんだばやし国際交流協会〔☎(24)2622〕へ(申し込み先着順、電話申し込み可)



### 第12回南河内のつどい「コロナ禍でもつながる一市民公益活動紹介動画の活用」



① 2月11日(祝)、午後1時～3時30分  
② 大阪大谷大学ハルカスキャンパス(あべのハルカス23階)

※Zoomでも参加できます。

③ 講演「コロナ禍における市民公益活動とICTの活用—富田林市の事例」、発表「コロナ禍における南河内の市民公益活動団体」、Q&A

④ 会場=40人、Zoom=100人

⑤ 無料

⑦ 1月7日(金)、午前9時～、QRコードまたは市民公益活動支援センターへ(申し込み先着順、電話申し込み可)



### 献血にご協力を

① 市役所 = 1月28日(金)、午前10時～正午、午後1時～4時30分、エコール・ロゼ = 29日(土)、午前10時～正午、午後1時～4時30分、30日(日)、午前10時～午後4時

※献血を受けていただける条件など詳しくは、お問い合わせください。

② 市献血推進協議会〔☎(25)8261〕



## クラブ員募集

① 対象者 ② 募集人数 ③ 活動日時  
④ 活動場所 ⑤ 会費 ⑥ 申し込み  
⑦ 問い合わせ

### 富田林警察少年柔道・剣道推進会

① 小学3年生～中学2年生 ② 若干名 ③ 柔道 = 毎週水・金曜日、剣道 = 毎週火・木曜日、いずれも午後5時～7時 ④ 同警察署柔道場・剣道場 ⑤ ⑥ 同警察署少年係〔☎(25)1234〕 ※会費など詳しくは、お問い合わせください。

### 育明館(剣道)

① 3歳以上の人 ② 若干名 ③ 毎週月曜日 = 午後7時～9時、毎週土曜日 = 午後6時～9時 ④ 月曜日 = 明治池中学校、土曜日 = 小金台小学校 ⑤ 入会金3000円、月額2000円 ⑥ ⑦ 細見さん〔☎090(7357)5262・Eメールredmokamoka@yahoo.co.jp〕

### シニア健康維持クラブ(テニス)

① 65歳以上の人 ② 若干名 ③ 毎週火・木曜日、午前9時～11時 ④ 中野テニスコート ⑤ 入会金500円、年会費3000円 ⑥ ⑦ 福井さん〔☎090(1964)6874〕

### ひまわりの会(手編み)

① 市内在住・在勤の人 ② 5人 ③ 第1・3木曜日、午後1時～4時 ④ 中央公民館 ⑤ 月額1000円 ⑥ ⑦ 藤井さん〔☎(34)5819〕

### ウクレレ同好会

① 市内在住で60歳以上の人 ② 5人 ③ 月曜日(月2回)、午前10時～正午 ④ 総合福祉会館 ⑤ 1回1500円 ⑥ ⑦ 若井さん〔☎090(8881)6595〕



※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。

## パソコン要約筆記体験講座

聴覚障がい者などへの情報提供に必要なパソコン要約筆記を体験してみませんか。

※Zoomを利用してオンラインで開催します。

㊦ 1月16日(日)、23日(日)、30日(日)、  
①午前10時～正午、②午後1時～3時  
(いずれも全3回)

㊩ 本市、河内長野市、大阪狭山市、太子町、河南町、千早赤阪村に在住・在勤・在学の18歳以上で、3日間とも受講できる人

㊪ 各14人

㊫ 無料

㊬ ノートパソコン (Zoomが利用できるWindows10以上搭載のパソコン)

㊭ 1月11日(火)までに、電話で障がい福祉課 (内線192) へ (申し込み多数の場合抽選)

## オホーツク文化 —あなたの知らない古代—

5～9世紀頃の北海道に発達したオホーツク文化。アザラシやクマをモチーフにした精緻な彫像や、<sup>たてあな</sup>竪穴住居の奥にクマの頭を積み上げた祭壇を築く独特の儀礼など、本州の古代文化とは大きく異なるオホーツク文化の姿を描き出します。

㊦ 1月15日(土)～3月13日(日) (定休日は除く)、午前10時～午後5時

㊧ 近つ飛鳥博物館 (河南町東山299)

㊫ 650円 (高校・大学生、65歳以上は450円、中学生以下の子ども・障がい者手帳を有する人は無料)

※当日、直接会場へ。

㊮ 同博物館 ☎(93)8321

## こむら返りの対処法と予防法

㊦ 1月28日(金)、午後2時～3時

㊧ レインボーホール (市民会館)

㊨ こむら返りになった時の対処法や予防法

㊩ 自力で歩行できる人

㊪ 25人

㊫ 600円 (当日徴収)

㊬ 動きやすい服装、フェイスタオル、飲み物、ヨガマットまたはバスタオル  
㊭ 1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)

## 大人の実用書講座

㊦ 1月29日(土)、午後2時～4時

㊧ レインボーホール (市民会館)

㊨ 小筆を使った、生活に役立つ書のポイント

㊩ 高校生以上 ㊪ 12人

㊫ 1150円 (材料費含む)

※書道道具レンタル可 (200円)。

㊬ 書道道具

㊭ 1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)

## レインボー塗り絵 ミュージアム

好きなイラストを選び、塗り絵をして展示しませんか。

㊦ 1月10日(祝)～2月28日(月) (休館日を除く)、午前10時～午後8時

㊧ レインボーホール (市民会館)

※作品は地下1階、多目的ホールエントランスで展示。

㊪ 30人

㊫ 無料

㊭ 1月10日(祝)～、午前10時～、レインボーホールへ (申し込み先着順)

## 認知症から学ぶ エンディングノート講座

認知症についての知識と対応を学び、その上で自分の想いを残せる強い味方「エンディングノート」の活用法を学びませんか。

参加者にはエンディングノートをお渡します。

㊦ 2月22日(火)、午後1時30分～3時30分

㊧ 総合福祉会館

㊩ 市内在住の60歳以上の人、ひとり親家庭の人または障がい者手帳を有する人

㊪ 20人

㊫ 無料

㊭ 1月6日(木)～12日(火)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)

※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



## カルチャー

### Androidスマートフォン講習会～操作の基礎・LINE・地図など～

📅 2月14日(月)、21日(月)、28日(月)、午後2時～4時(全3回)

📍総合福祉会館

👤市内在住の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

📅1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)



### シニアのためのスマホ教室

📅1月14日(金)、18日(火)、25日(火)、午後1時30分～4時30分(全3回)

📍トピック(きらめき創造館)

👤LINE・地図アプリの使い方、証明書のオンライン申請、相談会

👤市内在住の65歳以上の人

👥10人 🆓無料

📱Androidスマートフォン

📅1月6日(木)、午前9時～、NPO法人きんぎょうえぶ【☎(29)0019】へ(電話申し込み可、申し込み先着順)

### 簡単！使える！ スマホの基本操作講座

📅2月19日(土)、午前10時～正午

📍レインボーホール(市民会館)

👤地図、LINEなどの基本的操作

👤50歳以上の人

👥12人

🆓1000円(当日徴収)

📱Androidスマートフォン、筆記用具

📅1月6日(木)、午前10時～、同ホールへ(申し込み先着順、電話申し込み可)

### 消費者啓発講座「インターネット通販に潜む落とし穴」

コロナ禍での外出自粛に伴い、インターネット通販などに関する相談が増加しています。

通販利用時に注意すべきことをトラブル事例などから学んでみませんか。

📅1月31日(月)、午後2時～3時30分

📍レインボーホール(市民会館)

👤インターネット通販や食品ロス、製品安全についてなど

👥35人

🆓無料

📅1月6日(木)～、商工観光課(内線483)へ(電話申し込み可、申し込み先着順)

### けあばるパソコン講座

📅①1月25日(火)、26日(水)、27日(木)、

②2月22日(火)、24日(木)、25日(金)、いずれも午前10時～正午(全3回)

📍けあばる

👤GoogleサービスとLINEを活用するコース

👥各6人(最少催行人数各5人)

🆓各5500円(別途テキスト代実費)

📱ノートパソコン、スマートフォン、タブレットPCのいずれか

📅いずれも1月11日(火)、午前9時～、電話で、けあばるへ(定員各1人、申し込み先着順)

※いずれも1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(定員各5人、申し込み先着順)。

### すばるパソコン教室

曜日や時間帯、内容を自由に選び、少人数制で自分のペースでマスターできるパソコン教室です。

📅毎週火・木・金曜日(祝日、年末年始は除く)、①午前9時30分～10時45分、②午前11時～午後0時15分、③午後6時30分～7時45分、④午後7時45分～9時、希望曜日・時間帯を予約できます(各75分)

※ただし、火曜日は①②、木曜日は②、金曜日は①～④を開講。

📍すばるホール

👤「パソコン入門」「ワード」「エクセル」「資格取得応援(MOS)」「ホームページ作成」の各コースから選択

※その他、相談に応じます。

🆓4回券5200円、6回券7300円、8回券9400円(別途テキスト代実費)

📅すばるホールで随時受け付け



### 1・2月のレインボーホール(市民会館)講座

講座名	とき	定員	参加費
①能楽・謡曲講座 「謡」「仕舞」編	1月11日(火)、25日(火)、2月8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)	各10人	月額3000円(初回無料) ※両方受講の場合は、月額5000円。
②～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	1月11日(火)、25日(火)、2月8日(火)、22日(火)、午後2時～3時	各20人	各600円

**申し込み** 1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)

※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。

## まちゼミ IN 寺内町

富田林寺内町やその周辺のお店の人が、それぞれの店舗で講師となり、専門的な知識や、コツなどさまざまな情報を教えてくれる、少人数制のゼミを開催します。

㊦ 2月1日(火)～28日(月)

㊧ 富田林寺内町およびその周辺の店舗

※開催日時や参加店舗の場所など詳しくは、まちゼミホームページ(<https://machizemi.tonshow.or.jp>)をご覧ください。

㊫ 無料 ※材料費が必要な場合があります。

㊭ 1月15日(土)～、電話で直接各店舗へ(申し込み先着順)

㊮ 富田林商工会【☎(25)1101】

## 居場所をつくってみませんか♪

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。

㊦ 1月19日(水)、午後1時～3時

㊧ Topic (きらめき創造館)

㊩ ひきこもり当事者およびその家族  
㊪ 20人

㊫ 無料 (当日直接会場へ)

㊮ 生涯学習課【☎(26)8056】

## たこあげ大会

市こども会育成連絡協議会と市青少年指導員連絡協議会が、同大会を開催します。



㊦ 1月16日(日)、午前10時～(午前9時30分～受け付け)

※雨天中止。

㊧ 石川河川敷川西グラウンド

㊫ 無料 (当日直接会場へ)

㊬ 表彰 ユニークなたこで参加した人やたこがよく揚がった人などを表彰  
※できるだけ手作りのたこで参加してください(子どもには参加賞あり)。

㊮ 生涯学習課【☎(26)8056】

## 第10回市工芸協会会員展

市工芸協会による各種工芸作品の展示会を開催します。

㊦ 1月27日(木)～30日(日)、午前9時30分～午後5時(30日は午後4時まで)

㊧ すばるホール3階展示室

㊨ 陶芸、木工芸、押し花、七宝焼、硝子工芸、籐工芸、編み物、ステンドグラス、アートフラワー、皮工芸、ヒュージングなど

㊫ 無料 (当日直接会場へ)

㊮ 山本さん(市工芸協会)【☎(35)7060】

## アニメ「めぐみ」・拉致被害者御家族ビデオメッセージ上映会

㊦ 1月30日(日)、午後2時～3時30分  
㊧ ピースおおさか講堂(大阪市中央区大阪城2の1)

㊫ 無料

※申し込み方法など詳しくは、府人権企画課【☎06(6210)9280】へお問い合わせください。

## じないまち四季物語2022「冬」第14回新春・じないまちめぐり

富田林寺内町の飲食店や文化施設を巡る同イベントを開催します。公共施設での富田林産農産品の販売や、近隣市町村の物産市、パネル展示など、連携イベントもあります。※今年は露店や景品交換などはありません。

㊦ 1月9日(日)、午前11時～午後3時(雨天決行) ※店舗ごとの営業時間など詳しくは、お問い合わせください。

㊧ 富田林寺内町およびその周辺

㊮ じないまち四季物語実行委員会【☎070(8953)7003】(年末年始除く)



※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

※広告の問い合わせは、株式会社ジチタイアド【☎092(716)1401・FAX092(716)1467】へ



## スポーツ

### 親子なわとび教室

📅 2月5日(土)、12日(土)、19日(土)、26日(土)、午前10時～11時30分(全4回)

📍 児童館 ㊟ 市内在住・在勤・在学の4歳～小学生とその保護者(小学生のみの参加可)

定員30人 料無料

📅 1月4日(火)～17日(月)に、来館または、Eメールに講座名、住所、氏名、子どもの年齢、電話番号を明記し、児童館[Eメールjidoukan@city.tondabayashi.lg.jp]へ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可) ※定員に満たなかった場合は、引き続き受け付けます。



## イベント

### 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みんなで読みます。幼児を対象とした内容ですが、特に年齢制限はありません。

📅 1月13日(木)、2月10日(木)、午前10時30分(午前10時15分～受け付け)

📍 すばるホール3階プラネタリウム室 定員80人(当日直接会場へ) 料無料 ㊟ すばるホール

### サバーファームだより

サバーランドの丘では、葉ボタンを使って作った今年の干支「寅」が皆さんをお迎えしています。ぜひご覧ください。

#### ①イチゴ大福づくり

📅 1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

定員各20人

料700円

#### ②パンジー・ビオラ植え付け体験

📅 1月23日(日)、午前10時30分～正午

定員30人

料無料

#### ③ミニサバーフェスタ

📅 1月23日(日)、午前9時30分～午後2時

㊟ 手作り雑貨のお店やおいしい食べ物のお店が店出します

※①②は当日午前9時30分～受け付け(申し込み先着順)、③は当日直接会場へ。

㊟ サバーファーム

### あまーいカードフォルダーを作ろう

ワイヤーでカード立てを作り、造花やリボンでデコレーションします。

📅 1月15日(土)～2月13日(日)(休館日を除く)、午前10時～午後3時

㊟ じないまち交流館

定員50人

※小学生以下は保護者同伴。

料500円

📅 1月6日(木)、午前10時～、じないまち交流館へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

### じないまち歴史・文化ゼミナール「渡来人、富田林に寺を建てる～仏教伝来と新堂廃寺～」

栗田 薫さん(文学博士)を講師に招き、近年の発掘成果をもとに、新堂廃寺がどんな寺院だったのか、百済との関係も視野に入れてその謎を考えてみませんか。

📅 1月29日(土)、午後2時～4時

㊟ 寺内町センター

㊟ 中学生以上

定員25人

料1000円

📅 1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)

### 特別展示「虫籠窓」

📅 2月1日(火)～27日(日)(休館日を除く)、午前10時～午後5時

㊟ 寺内町センター1階展示室

㊟ さまざまな種類の虫籠窓からお気に入りを見つめるなど、楽しみながら学ぶ展示

料無料(当日直接会場へ)

㊟ 旧杉山家住宅

※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

※広告の問い合わせは、株式会社ジチタイアド [☎ 092(716)1401・FAX 092(716)1467] へ

## キッズチアダンス教室

基礎レッスンからポンポンを使うでのダンスをします。

㊦毎週木曜日=㊧午後3時30分～4時20分、㊨午後4時30分～5時20分、毎週金曜日=㊧午後3時20分～4時10分、㊨午後4時30分～5時20分(月4回)

㊧青少年スポーツホール

㊩①4～5歳、②7～10歳、③5～6歳、④8～11歳

㊪各5人

㊫月額3060円

㊬動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物

㊭1月6日(木)、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)

## ノルディックウォークを楽しみましょう

㊦1月22日(土)、午前10時30分～午後1時30分

㊧けあばる

㊨けあばるから狭山池を巡る約6km

㊪15人(最少催行人数5人)

㊫550円

㊬動きやすい服装、タオル、飲み物

㊭1月11日(火)、午前11時～、電話で、けあばるへ(定員3人、申し込み先着順)

※1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12人、申し込み先着順)。

## 水泳プライベートレッスン

㊦休館日を除く1月12日(水)以降で、30分間

※個別に日時を調整します。

㊧けあばる

㊩中学生以上 ㊪10人

㊫1500円(別途施設利用料実費)

㊬水着、スイミングキャップ、ゴーグル

㊭1月11日(火)、午前11時～、電話で、けあばるへ(定員2人、申し込み先着順)

※1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8人、申し込み先着順)。

## 第26回グラウンドゴルフ大会

㊦1月22日(土)、午後1時～3時(雨天時は1月29日(土)に延期)

㊧石川河川敷川西グラウンドゴルフ場

㊨24ホールストロークプレイ

㊩20歳以上の人 ㊪80人

㊫500円(当日徴収)

㊬タオル、飲み物

㊭1月7日(金)、午前10時～、市民総合体育館[FAX(25)1440]へ(申し込み先着順、電話・ファクス申し込み可)



## 学校体育施設の開放に伴う利用団体の登録を受け付け

地域スポーツの振興を目的に、市立小・中学校の体育施設を開放しています。

令和4年度の利用団体登録を次のとおり受け付けます。

㊦開放日 月～金曜日(夜間の体育館のみ)、土・日曜日、祝日

㊧開放校 喜志西・新堂・錦郡・彼方・高辺台・寺池台・久野喜台・伏山台・藤沢台・向陽台・小金台・大伴・富田林・喜志・川西小学校、第二中学校(体育館のみ)

㊨開放施設 運動場、体育館

㊩登録資格 代表者が20歳以上で、主に希望する学校の校区に在住する人で構成する10人以上の団体

㊪1月21日(金)、午後5時30分までに所定の申請書に必要事項を記入し、団体の会員名簿、令和2年度収支決算書(新規登録団体は令和4年度予算書)を添えてトピック(きらめき創造館)3階生涯学習課[☎(26)8062](土・日曜日、祝日を除く午前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)へ

※書類審査あり。

### 総合スポーツ公園テニススクール生募集

とき	月～土曜日(月4回)	
ところ	総合スポーツ公園	
月・火・水・木・金曜日		土曜日
①9:30～11:00		⑧9:30～11:00 一般
②11:00～12:30	一般	⑨11:00～12:30 一般
③13:00～14:30		⑩13:00～14:00 ジュニアA(初級)
④15:30～17:00		⑪14:00～15:00 ジュニアB(中級)
⑤17:00～18:00	ジュニアA(初級)	
⑥18:00～19:00	ジュニアB(中級)	
⑦19:00～20:30	一般/ナイター	

対象者 一般=初・中・上級、ナイター、ジュニア=A初級、B中級

受講料 ①～④6600円、⑤⑩4400円、⑥⑪5500円、⑦⑨7700円

申し込み 総合スポーツ公園で随時受け付け  
※家族割引もありますので、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(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	16日(日) 午前10時～	グラウンドゴルフ
②ファミリーレクリエーション	大伴小学校	16日(日) 午前9時～	グラウンドゴルフ
	寺池台小学校	23日(日) 午後1時～	グラウンドゴルフ
③健康ウォーキング	向陽台小学校	23日(日) 午前8時～	滝谷不動方面

※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)。  
☎生涯学習課[☎(26)8062] ※当日は[☎080(4422)6663](生涯学習課直通)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。

## 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  
1/1～4
  - 青少年スポーツホール☎(29)3778  
1/1～4
  - 総合スポーツ公園 ☎(35)2121  
1/1～4
  - 図書館  
中央☎(25)4921・金剛☎(28)1171  
1/1～3、11、17、24、31  
※蔵書点検のため、中央図書館は1/27～2/1、金剛図書館は2/1～2/4、臨時休館します。
  - 公民館  
中央☎(24)3333・金剛☎(28)1121  
東☎(25)1772・喜志分館☎(25)1117  
1/1～3、10、11、17、24、31
  - 人権文化センター ☎(24)0583  
1/1～3、9、10、16、23、30
  - 児童館 ☎(25)0666  
1/1～3、9、10、16、23、30
  - <sup>トピック</sup>Topic(きらめき創造館)☎(26)8056  
1/1～3、10
  - すばるホール ☎(25)0222  
1/1～3、17、24、31  
※1/4は午後5時30分まで。
  - レインボーホール(市民会館) ☎(25)1117  
1/1～3、5、12、19、26、2/2
  - 市民公益活動支援センター ☎(26)7887  
1/1～3、8～10、15、16、22、23、29、30、2/5
  - 総合福祉会館 ☎(25)8261  
1/1～3、10 ※毎週木曜日と1/4は浴場の利用はできません。
  - かがりの郷 ☎(20)6070  
1/1～3、10 ※毎週月曜日と1/4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  
1/1～3、10、17、24、31
  - 農業公園サバーファーム ☎(35)3500  
1/1～3、11、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  
1/1～3、11、17、24、31
  - きらめきファクトリー ☎(24)5500  
1/1～3
  - 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

### 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。

📅 毎週木曜日、午前10時30分～11時30分(月4回)

📍 青少年スポーツホール  
👥 65歳以上の人 定員4人

💰 月額3560円

👕 動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物

📅 1月9日(日)、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)

### 1月・2月の東公民館ホール一般開放

📅 1月9日～2月27日の毎週日曜日(1月30日は除く)、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

💰 無料

👕 上靴

📍 東公民館

### すばるホールのご利用について

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10月1日(土)から、一部の貸館ができなくなります。

※その他の施設については、通常どおりご利用いただけます。

#### 利用できなくなる施設

3階 アルデバラン

4階 銀河の間および秀月の間

📍 東公民館

### 忍者キャラクター教室

心も身体もポケモンのゲッコウガになりきって、さまざまな修行にチャレンジしよう。

📅 1月29日(土)、午後1時30分～3時

📍 市民総合体育館

👥 小学1～3年生

👥 12人

💰 2200円(当日徴収)

👕 動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物

📅 1月10日(祝)、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)

### 腰周りスッキリ講座

📅 2月24日(休)、午後2時～3時

📍 レインボーホール(市民会館)

👥 自力で歩行できる人

👥 15人

💰 700円(当日徴収)

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

📅 1月6日(休)、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)

### 卓球教室

📅 毎週火曜日、

午前9時～10

時30分、午前

10時30分～正

午(月4回)

📍 青少年スポー

ツホール

👥 16歳以上の人(初心者も可)

👥 各2人

💰 月額4600円

👕 動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物

📅 1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)



※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。