

富田林きらめき講座 「寺内町の町屋ビフォーアフター」

旧杉山家や旧東奥谷家など富田林寺内町に現存する町屋の保全の歴史についてお話しします。

📅 8月20日(日)、午後1時～2時ごろ
場きらめきファクトリー

定15人 料100円(資料代)

講師 森口 博正さん(寺内町サポーターの会)

申8月10日(木)までに、電話で、きらめきファクトリーへ(申し込み多数の場合抽選)

四季折々の絵てがみ教室～秋編～

お月見・季節の花を2種類の大きさのはがきに描きます。

📅 9月4日(月)、12日(火)、25日(月)、午後1時30分～3時(全3回)

場総合福祉会館

定市内在住で60歳以上の人、ひとり親家庭の親と子または障がい者手帳を有する人

定10人 料980円(材料費)

申8月8日(火)、午前10時～、電話で、総合福祉会館へ(申し込み先着順)

鬼の昔ばなし

なにわ語り部の会が鬼にまつわる昔話を語ります。怖い鬼、楽しい鬼、少し間抜けな鬼、色々な鬼が登場します。

📅 8月20日(日)、午後1時30分～3時ごろ
場寺内町センター 定25人

料300円(未就学児無料)

申8月10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)

がんばった人に花まる!

●第71回市民体育大会

◇バレーボール競技の部

《女子一般》優勝 新堂B / 準優勝 サンフラワーC / 第3位 サンフラワーA

《女子二部》優勝 TEAM和 / 準優

新刊案内

なんやかんや日記 武田 綾乃
バルト三国のキッチンから

佐々木 敬子

うるうの朝顔 水庭 れん

じゅうたんコーナーでのよみきかせ

中央図書館 9月3日(日)、午前10時30分～11時

おはなし会

中央図書館 8月6日(日)、13日(日)、20日(日)、27日(日)、午前10時30分～11時

金剛図書館 8月5日(土)、12日(土)、19日(土)、26日(土)、午前10時30分～11時、



9月2日(土)、午後2時～2時30分

勝 昴 / 第3位 富田林ファミリーA

◇卓球競技の部

《男子シングルス》

優勝 東淵 幸斗 / 準優勝 甲斐康宏 / 第3位 井場 修治

《女子シングルス》

優勝 岡田 るり子 / 準優勝 藤原明子 / 第3位 中野 雅子

《男子ダブルス》

優勝 谷・甲斐組 / 準優勝 井藤・東淵組 / 第3位 上本・梶田組

《女子ダブルス》

優勝 藤原・岡田組 / 準優勝 森川・難波組 / 第3位 岡本・三浦組

◇バドミントン競技の部

《男子1部シングルス》

優勝 荒川 晋也 / 準優勝 チャンテイエン タアン / 第3位 張 功錦

《男子2部シングルス》

優勝 北嶋 遼平 / 準優勝 大田勝範 / 第3位 北村 創

《女子2部シングルス》

優勝 長田 華 / 準優勝 杉浦 愛梨 / 第3位 大段 未来

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 8月18日(金)、午前10時10分～10時40分

金剛図書館 8月10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 8月18日(金)、午前11時10分～11時40分

金剛図書館 8月17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 8月17日(木)、午前11時10分～11時40分

※先着各10組程度、薄手のハンカチ持参。

※いずれも当日、直接会場へ。

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

トマトクラブ(健康体操)

Ⓐ60歳以上の人 Ⓑ若干名 Ⓒ毎週木曜日、午後1時～2時30分

Ⓓ市民総合体育館 Ⓔ月額1500円

ⒻⒼ福田さん[☎(55)0393]

金剛体験農場

Ⓐ市内在住・在勤の人 Ⓑ10人

Ⓒ第2・4火曜日、午後1時～4時 Ⓓ金剛公民館 Ⓔ年会費2000円(別途教材費実費)

ⒻⒼ平野さん[☎(24)8699]

お父さんの料理教室

Ⓐ市内在住の男性 Ⓑ2人 Ⓒ第2日曜日、午前10時～午後1時30分 Ⓓ金剛公民館 Ⓔ月額2000円

ⒻⒼ大友さん[☎(28)5502](正午～午後3時)

㊟=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

第10回認知症の本を読もう！MEET★富田林コンクール

認知症に関係のある本を読んで、感じたことを作文や絵にしてみましょう。

募集内容 ①感想文の部=400字詰め原稿用紙2枚以内、②絵の部=四つ切画用紙1枚(画材自由)

対象者 市内在住の小・中学生(①小学1～3年生の部、小学4～6年生の部、中学生の部の3部門、②区分なし)

表彰 ①選考により各部門から賞を決定、②ウェブサイト上に無記名で掲載し、閲覧者の投票により賞を決定

※11月頃に表彰式を開催予定(入賞者には後日詳細を案内します)。

応募方法 9月29日(金)(必着)までに、住所、氏名、電話番号、学校名、学年、本の題名を記入した応募票を同封し、〒584-8511常盤町1の1高齢介護課へ郵送、または持参
※応募は1人1作品とし、未発表(自作)のものに限ります。また、他のコンクールに重複して応募できません。

☎高齢介護課(内線196)

竹の楽器を作って奏でよう!

富田林の竹を使って、太鼓や笛などの楽器を作ります。手作りの楽器でみんなで音を出したり、講師による演奏会を聴いたりしませんか。

㊟8月26日(土)、午後1時30分～4時30分 ㊦中央公民館

㊨小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

㊩16人 ㊪100円(教材費)

㊫持っている人はのこぎり、ナイフ

㊬8月15日(火)(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)、電話番号、年齢(学年)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)

とっぴーと読もう！市読書感想文コンクール

課題図書 学校図書室や中央・金剛図書館、家庭などにある図書

※特にテーマは設けません。

募集感想文 400字詰め原稿用紙3枚以内

※感想文には、題名、学校名、学年、氏名、図書名、著者を記入してください。

対象者 市内在住の小・中学生(小学1～3年生の部、小学4～6年生の部、中学生の部の3部門)

表彰 令和6年1月下旬～2月上旬

に表彰式を開催予定(受賞者のみ連絡。部門ごとに市長賞、教育長賞、とっぴー賞などを選定)

応募方法 中央・金剛図書館に備え付けの応募票を同封し、9月1日(金)～8日(金)(消印有効)に、〒584-8511常盤町1の1 教育指導室へ郵送、または中央・金剛図書館へ持参
※ただし市立小・中学校に在学する児童・生徒は、各学校に提出してください。
※応募は1人1作品とし、未発表(自作)のものに限ります。また、他のコンクールに重複して応募できません。
☎教育指導室(内線356)

外国人市民の思いを知る～たとえば、ベトナムと日本の文化の違いをめぐって～

多文化共生の地域をつくるため、本市の外国籍者の中で最も多いベトナムと日本の文化の違いを学び、日本に暮らす外国人市民の思いについて考えていきませんか。

㊟8月16日(水)、午後1時30分～4時 ㊦人権文化センター

㊧講演、ワークショップ

㊨市内在住・在勤・在学の人

㊩40人 ㊪無料

㊬8月7日(月)～、人権文化センターまたは(特活)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)

スマートフォン・パソコン教室

講座名	とき	ところ	内容	対象者	定員	費用	持ち物	申し込み
スマホ×喫茶	9月15日(金)、午後1時30分～3時	かがりの郷	スマホ超初心者向けの談話会	市内在住の人	15人	100円	スマートフォン	8月15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)
電源の入れ方から始めるスマートフォン体験教室	9月7日(木)、午後1時30分～4時(途中休憩あり)	総合福祉会館	電源の入れ方、タッチ操作、文字入力の方法などの基本の操作	市内在住の60歳以上の人、ひとり親家庭の親と子、障がい者手帳を有する人	8人	無料	—	8月8日(火)、午前10時～、電話で、総合福祉会館へ(申し込み先着順)
ラインをはじめてみませんか？簡単スマホ講座	アンドロイド編=9月9日(土)、16日(土)、午前10時～11時30分、午後1時～2時30分、 아이폰編=9月30日(土)、午前10時～11時30分(1回のみ)	人権文化センター	初心者でも簡単にできるラインの便利な機能を学ぶ	市内在住・在勤・在学の人	各8人(最少催行人数各3人)	無料	スマートフォン	8月14日(月)までに、人権文化センターへ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)

東条フェスティバル

㊟9月3日(日)、午前10時～午後3時
㊥こんごう福祉センター多目的ホール(甘南備216番地) およびその周辺(当日直接会場へ)
㊦クラフト・物販・演奏 ㊩無料
㊫第2圏域ほんわかセンター【☎(25)8205】

きらめき縁日

金魚すくいやかき氷など、縁日を開催します。
㊟8月26日(土)、午後5時～8時(雨天時は27日(日)に延期)
㊥きらめきファクトリー(当日直接会場へ)
㊫きらめきファクトリー

富田林きらめき大学 サイエンス教室Kids塾 「バラタナゴの人工授精体験」

㊟8月27日(日)、午前10時～正午、午後2時～4時
㊥富田林中学校・高等学校
※開始30分前に、トピック(きらめき創造館)へ集合
㊦小学4～6年生 ㊨各20人
㊩無料 ㊪飲み物、帽子、筆記用具
講師 小川 力也さん(科学教室「力塾」塾長)
㊫8月10日(木)までに、メールに講座名、住所、氏名、電話番号、希望時間(午前・午後の部のいずれか)を明記し、株式会社リリク【✉chinami@

ririku.jp)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73回市民文化祭 「市民美術工芸展」作品募集

10月6日(金)～9日(祝)に、すばるホールで開催する同展への出展作品を募集します。

募集作品 日本画(水墨画を含む)、洋画(水彩画を含む)、彫刻、工芸彫刻、版画、書、写真、切り絵、陶芸、七宝焼、籐工芸、編み物、パッチワーク、押し花、ちぎり絵、木彫、ガラス工芸、革工芸、ステンドグラス、木工芸、その他一般工芸などの作品
㊦市内在住・在勤の人、市内在学の高校生以上の人、市内で活動する団体(教室)に参加している人

㊩無料
㊫8月16日(水)～31日(木)(休館日を除く午前10時～午後5時)に、すばるホールへ
※1部門1人1点で、創作作品を出品してください。詳しくは、すばるホールに備え付けの募集要項と出展申込書をご覧ください。

総合福祉会館カラオケ大会 出場者募集

㊟9月18日(祝)、午前10時～午後4時
㊥総合福祉会館
㊦市内在住の60歳以上の人、ひとり親家庭の親と子、障がい者手帳を有する人

㊨60人 ㊩無料
㊫8月9日(水)～22日(火)に、総合福祉会館へ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み不可)

富田林まるごとバル! 2023(とんバル)参加店舗募集

市内の店舗を巡って食べ歩きや買い物を楽しむバルイベント「とんバル」の開催を11月に予定しています。このたび、参加を希望するお店を募集します。
㊦市内に店舗がある飲食業、小売店、サービス業など
※申し込み方法など詳しくは、とんバルウェブサイト(<https://tonbar.tonshow.or.jp/>)をご覧ください。
㊫きらめきファクトリー

カルチャー

中高生のためのヴォイトレ講座

ヴォイストレーニングをメインにジャンルを問わず、声楽の先生から音楽を学びます。
㊟9月5日(火)、10月3日(火)、11月7日(火)、12月12日(火)、令和6年1月9日(火)、いずれも午後5時15分～6時15分(全5回)
㊥児童館
㊦市内在住・在学の中学生、高校生
㊨5人程度 ㊩無料 ㊪飲み物
㊫8月13日(日)までに、児童館へ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)
※右上図からも申し込みできます。



広告枠

ゆとりのページ

保健医療

子育て

相談

くらし

ゆとり



イベント

自然環境保全・自然に親しむ催し（植物観察会）

📅 8月12日(土)、9月17日(日)、午前9時～午後1時

📍 午前9時に瀧谷不動尊駐車場集合
定員各20人

👉 ¥300円（小学生以下無料、ただし保護者同伴）

👉 飲み物、弁当、長袖、長ズボン、帽子、安全な靴

※当日、午前7時の天気予報で降水確率が50%を超えた場合は中止とします。

📞 8月6日(日)～、電話またはメールに、イベント名、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、田淵 武夫さん（富田林の自然を守る市民運動協議会会長）【☎090(8888)3912・✉tabuchi@hb.tp1.jp】へ（申し込み先着順）

きらめき光の万華鏡

富田林寺内町の意匠をモチーフに幻想的な音と映像で綴るプロジェクトマッピングで、きらめきファクトリーを万華鏡のように彩ります。AR（拡張現実）も体験できます。

📅 8月26日(土)～9月3日(日)、午前10時～午後8時30分

📍 きらめきファクトリー（当日直接会場へ）
👉 無料

📍 きらめきファクトリー

和柄の生地を使って缶バッジ作りをしてみよう！

📅 8月26日(土)、午後5時～8時（雨天時は27日(日)に延期）

📍 きらめきファクトリー（当日直接会場へ）

👉 6歳以上の人（10歳未満は保護者同伴、保護者の参加も可）

定員30人程度
👉 ¥100円

📍 きらめきファクトリー

サバーファームだより

①ぶどう大福作り

📅 8月6日(日)、13日(日)、20日(日)、27日(日)、9月3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
👉 ¥700円

②コスモス植え付け体験

📅 8月6日(日)、午前10時30分～正午
定員30人
👉 無料

③ブロッコリー植え付け体験

📅 9月3日(日)、午前10時30分～正午
定員30人
👉 無料

④サバーフェスタ

📅 8月11日(祝)～13日(日)、午前9時30分～午後3時

👉 ささまざまな露店販売を実施

⑤ミニサバーフェスタ

📅 8月27日(日)、午前9時30分～午後3時

👉 手作り雑貨や美味しい食べ物のお店が出店

※①～③は当日午前9時30分～受け付け（申し込み先着順）、④⑤は当日直接会場へ。

※いずれも別途入園料が必要です。

📍 サバーファーム

とんだばやし子どもモザイクデイキャンプ2023

外国文化の体験や料理作りなどを通じて交流します。

📅 9月16日(土)、午前9時～午後4時30分

📍 河内長野市立滝畑ふるさと文化財の森センター（河内長野市滝畑483の3）など

👉 河内河内在住の外国にルーツを持つ子どもと日本人の子ども（小・中学生）とその保護者

定員30人

👉 1人1000円

📞 9月6日(水)～、電話で、NPO法人とんだばやし国際交流協会【☎(24)2622】へ（申し込み先着順）

声をきたえてアンチエイジング2

📅 8月30日(水)、午後2時～3時30分
📍 中央公民館
定員30人
👉 無料
👉 動きやすい服装、手鏡（スマートフォンでも可）

📞 8月15日(火)（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）、電話番号、年齢を記入し、〒584-0093本町16の28 中央公民館へ（申し込み多数の場合抽選）

お部屋に飾ろう 行灯づくりワークショップ

📅 8月8日(火)～25日(金)、午前10時～正午、午後1時～3時（所要時間約90分）
📍 じないまち交流館

👉 割り箸を組み合わせた、和室にも洋室にも合う行灯づくり

定員30人 ※小学生以下は保護者同伴。

👉 ¥500円

👉 大きめの持ち帰り用の袋

📞 8月6日(日)～、じないまち交流館へ（申し込み先着順、電話申し込み可）

手作りマジックでみんなを驚かそう！

手作りマジック用品を作り、実際に人前でも演じてみましょう。

📅 8月22日(火)、①午前10時～正午、②午後1時30分～3時30分

📍 中央公民館

👉 ①小学生以上の子どもと保護者、②小学生以上の人（小学3年生以下は保護者同伴）

定員①10組、②20人

👉 1人100円（材料費）

👉 はさみ、のり、筆記用具など

📞 8月8日(火)（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）、電話番号、年齢（学年）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）

インディアカのとどい

🕒 9月17日(日)、午前10時～午後5時 (午前9時30分～受け付け)
 📍市民総合体育館
種目 初心者・シニア、女子、混合の部
 👤市内在住・在勤・在学で中学生以上の団体 📄各20チーム 💰無料
 📝8月7日(月)～22日(火) (土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時30分) に、生涯学習課【☎(26)8062】へ(申し込み先着順、電話申し込み可)
 🎒^{もく}野 清美さん (市インディアカ協会)【☎(28)2353】

エクササイズ教室

音楽に合わせて楽しく動いて、体をほぐしましょう。
 🕒 8月9日(水)、23日(水)、30日(水)、
 ①午前9時30分～10時30分、②午前10時45分～11時45分
 📍市民総合体育館
 👤①60歳以上の人、②30歳以上の人
 📄各10人 💰4800円
 ※1回体験(1000円)あり。
 🎒動きやすい服装、上靴、タオル(持っている人はヨガマット)
 ※申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。
 📍市民総合体育館

8月・9月の小学校校庭遊び場開放は中止します

子どもの健全な育成を図るため、身近で安全な遊び場として小学校の校庭を開放していますが、熱中症を考慮し、中止します。
 📍生涯学習課【☎(26)8062】

8月の地域ファミリーレクリエーション事業は中止します

毎月楽しみにしていただいている同事業ですが、熱中症を考慮し、中止します。
 📍生涯学習課【☎(26)8062】

富スポグラウンドゴルフ大会

🕒 9月20日(水)、午前8時～正午、午前11時30分～午後3時30分 (雨天時は9月27日(水)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)
 📝8月17日(水)、午前10時～31日(水)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。

けあばるこどもスイミング教室

🕒 9月3日～24日の毎週日曜日、午前11時～正午 (全4回)
 📍ウエルネスけあばる
 🎒水慣れからバタ足
 👤市内在住・在学の小学生
 📄15人
 💰月額5500円
 📝8月8日(水)、午前11時～、電話で、ウエルネスけあばるへ(定員3人、申し込み先着順)
 ※8月6日(日)、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)。

アロマdeヨガ

🕒 9月10日(日)、10月8日(日)、11月12日(日)、12月10日(日)、①午前11時～正午、②午後1時30分～3時
 📍かがりの郷
 🎒①椅子ヨガ初級コース、②マットゆるヨガコース 👤市内在住・在勤の人
 📄①各13人、②各12人
 💰1回600円 (当日徴収)
 ※かがりの郷浴場利用券付き。
 🎒飲み物、タオル
 📝8月14日(月)、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)

膝腰痛改善教室

🕒 9月15日(金)、22日(金)、29日(金)、午後1時30分～3時30分 (全3回)
 📍レインボーホール (市民会館)
 🎒整形外科医による講義、簡単な運動や食事のポイントの紹介
 👤市内在住で65歳以上の人
 📄15人
 💰無料
 📝9月5日(水)までに、ウエルネスけあばるへ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)
 ※初めて参加する人を優先します。

🚩 イベント

団体に緑化樹を差し上げます

地域の緑化を進めるために、町会(自治会)、PTAなどの団体に緑化樹を無料で差し上げます。

配布時期 令和6年3月(予定)

緑化樹の種類

- 高木**(高さ約1.5m) = キンモクセイ・ソメイヨシノ・ハナミズキなど12種類
- 低木**(高さ約0.5m) = サツキ・ヒラドツツジ・アジサイなど9種類
- つる植物**(高さ約0.3m) = キヅタ・テイカカズラ・モッコウバラなど5種類

📝 8月7日(月)～25日(金)に、農とみどり推進課(内線424)へ

※個人での申し込みはできません。
 ※植樹および管理は各団体で実施してください。また、緑化樹の配達は原則できません。

※1カ所当たり高木2本以上の申し込みになります。

※低木・つる植物の配布は高木1本あたり5本以内です。ただし、植栽箇所の物理的な原因により困難な場合は、低木・つる植物のみの申請も可能です。その場合、配布本数は1申請当たり50本以内です。

※詳しくは、市ウェブサイト(農とみどり推進課のページ)をご覧ください。

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
8/7、14、21、28、9/4
 - 公民館
中央☎(24)3333・金剛 ☎(28)1121
東☎(25)1772・喜志分館☎(25)1117
8/7、11、14、21、28、9/4
 - 人権文化センター ☎(24)0583
8/6、11、13、20、27、9/3
 - 児童館 ☎(25)0666
8/6、11、13、20、27、9/3
 - Topic(きらめき創造館)☎(26)8056
8/11
 - すばるホール ☎(25)0222
8/7、14、21、28、9/4
※8/11～15は午後5時30分で閉館します。
 - レインボーホール(市民会館) ☎(25)1117
8/2、9、16、23、30
 - 市民公益活動支援センター ☎(26)7887
8/5、6、11、12、13、19、20、26、27、9/2、3
 - 総合福祉会館 ☎(25)8261
8/11 ※毎週木曜日は浴場の利用はできません。
 - かがりの郷 ☎(20)6070
8/11 ※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
8/7、14、21、28、9/4
 - 農業公園サパーファーム ☎(35)3500
8/7、14、21、28、9/4
 - 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
8/7、14、21、28、9/4
 - きらめきファクトリー ☎(24)5500
なし
 - 消防本部・消防署 ☎(23)0119
金剛分署 ☎(29)0119
消防災害情報案内 ☎(69)9119
 - 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

カーリンコンのつどい

- 🕒 9月10日(日)、午後0時30分～5時(正午～受け付け)
- 📍市民総合体育館
- 👥市内在住・在勤・在学の3人で構成されたチーム
- 👤32チーム 料無料
- 📅8月7日(月)～22日(火)(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時30分)に、生涯学習課〔☎(26)8062〕へ(申し込み先着順、電話申し込み可)
- 👤林 茂数さん(市カーリンコン協会)〔☎090(4289)1327〕

脳トレ・ロコトレ教室

- 運動不足や衰えを感じている人の健康維持に最適な教室です。
- 🕒 8月24日(木)、午前10時30分～11時30分
- 📍けあばる 定各14人 料500円
- 👤動きやすい服装、飲み物、タオル
- 📅8月8日(火)、午前11時～、電話で、ウエルネスけあばるへ(定員各7人、申し込み先着順)
- ※8月6日(日)、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7人、申し込み先着順)。

eスポーツでらくらく健康教室

- 🕒8月9日(水)、25日(金)、午後1時～2時
- 📍けあばる
- 定各10人 料500円
- 👤動きやすい服装、飲み物、タオル
- 📅8月8日(火)、午前11時～、電話で、ウエルネスけあばるへ(定員各3人、申し込み先着順)
- ※8月6日(日)、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7人、申し込み先着順)。

8月・9月の市民総合体育館の共用使用

- 📍競技場(バドミントン)《2面》
- ※インディアカでも使用可。
- 🕒8月17日(木)、9月21日(木)、正午～午後3時
- 📍市民総合体育館(当日直接会場へ)
- 👤上靴、シャトル、ラケットなど
- 料140円(中学生以下60円)
- 📍市民総合体育館

居合道体験会

- 古武道の一つである居合道を通じて動と静の世界を体験してみませんか。
- 🕒8月27日(日)、正午～午後3時
- 📍市民総合体育館
- 👤居合演武の見学、居合道の体験
- 👤小学1年生以上の人
- 定20人 料無料 動きやすい服装
- 📅8月6日(日)～、鶴田さん〔☎090(5369)8574〕へ(申し込み先着順)

8月・9月陸上スクール

- 🕒8月15日(火)、29日(火)、9月12日(火)、26日(火)、午後5時～6時 ※雨天中止。
- 📍金剛中央グラウンド(久野喜台二丁目2)
- 👤短距離走を速く走るための練習
- 👤小学生 定各20人
- 料1回1100円(当日直接会場へ)
- 👤動きやすい服装、飲み物、運動靴
- 📍市民総合体育館

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	一般	⑦9:30～11:00	一般
②11:00～12:30		⑧11:00～12:30	
③13:00～14:30		⑨13:00～14:00	ジュニア
④15:30～17:00			
⑤17:00～18:00	ジュニア		
⑥19:00～20:30	一般/ナイター		
対象者	一般=初・中・上級、ナイター=ジュニア=初級		
受講料	①～④7000円、⑤⑨4600円、⑥～⑧8100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)。 ※2人から新規クラスを開講できます。		