



カルチャー

脳トレ・ロコトレ

頭と身体をリフレッシュ！ 足腰のトレーニングも行います。

📅 2月19日(月)、3月18日(月)、午前10時～11時

📍 市民総合体育館 18歳以上の人数 各15人 料 700円

👉 動きやすい服装、上靴、飲み物

📞 2月6日(火)、午前10時～、電話で、市民総合体育館へ（申し込み先着順）

※右図からも申し込み可。



いきいき音読教室

昔話や詩などをみんなで声に出して楽しみながら読む会です。

📅 3月7日(木)、午後2時～3時

📍 金剛図書館

👉 おおむね50歳以上の人

人数 10人 料 無料 飲み物

📞 2月6日(火)、午前10時～、金剛図書館へ（申し込み先着順、電話申し込み可）

やってみよう図書館の仕事in春休み

📅 3月28日(木)、午前9時30分～午後0時30分 📍 中央・金剛図書館

👉 図書館の仕事を体験

👉 小学5・6年生

人数 各館6人 料 無料

📞 2月8日(木)～3月8日(金)（午前10時～）に、各館へ（申し込み多数の場合は抽選、電話申し込み可）

※3月15日(金)までに当選者のみはがきで連絡します。

※右図からも申し込み可。



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

📍 金剛図書館 2月8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

📍 金剛図書館 2月15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 2月15日(木)、午前11時10分～11時40分

※先着各15組程度、ハンカチ持参。

じゅうたんコーナーでのよみきかせ

📍 中央図書館 3月3日(日)、午前10時30分～11時

📍 金剛図書館 2月10日(土)、24日(土)、午後2時～2時30分

おはなし会

📍 金剛図書館 2月17日(土)、3月2日(土)、午後2時～2時30分



※いずれも当日、直接会場へ。

ズンバを踊りましょう

📅 2月20日(火)、午後1時～2時30分

📍 東公民館 体験 ズンバダンス

👉 市内在住・在勤・在学の人 人数 10人

料 無料 飲み物 ヨガマット、運動靴

📞 2月6日(火)～、電話で、笹木さん〔☎080(5707)2231〕へ（申し込み先着順）

市町村長サミットを開催します

富田林市長・河南町長・太子町長・千早赤阪村長が集まり、地域の課題や将来について話し合います。

📅 2月22日(木)、午後7時～（午後6時30分～受け付け） ※2時間程度を予定。

📍 レインボーホール（市民会館）

人数 100人 料 無料

📞 2月6日(火)～15日(木)（当日消印有効）に、はがきに、講座名、参加者の氏名（1枚につき3人まで）、電話番号、市長・町長・村長に聞きたいことを記入し、〒584-0012 粟ヶ池町2969の5 富田林商工会青年部事務局〔☎(25)1101〕へ（申し込み先着順、電話申し込み不可）

※右図からも申し込み可。



がんばった人に花まる！

●令和5年度中学生の「税についての作文」

《市長賞》小林 仁琴さん（金剛中学校3年生）

《市教育委員会教育長賞》伊達 心咲さん（藤陽中学校3年生）

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

金剛太極拳同好会

Ⓐ 市内在住・在勤・在学の人

Ⓑ 12人

コスモス健康体操

Ⓐ 特になし

Ⓑ 若干名

Ⓒ 毎月第1～4水曜日、午前10時～11時30分

Ⓓ けあばる

Ⓔ 月額3500円

Ⓕ 阪本さん〔☎080(1419)3946〕

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
スマホデビューからもう一歩！ LINE・スマホ決済体験講座	3月13日(木)、午後2時～4時	総合福祉会館	LINEとスマホ決済、二次元コードなどを中心に学ぶ	市内在住の60歳以上の人、ひとり親家庭の親および子、障がい者手帳を有する人	15人（最少催行人数5人）	無料	※スマートフォンは貸し出します。	2月6日(火)、午前10時～、電話で、総合福祉会館へ（申し込み先着順）

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

3月 公民館クラブ体験月間

公民館クラブの活動を一度体験してみませんか？

中央公民館

内容	とき	定員
リズム体操 (体験・見学、女性のみ)	1日(金)、午後1時30分～2時30分	5人
合唱 (体験)	2日(土)、午後6時～9時	10人
マリオネット練習 (体験)	5日(火)、午前10時～正午	10人
社交ダンス (見学・体験)	5日(火)、午後6時30分～8時30分	10人
童謡 (体験)	5日(火)、午後1時～3時30分	10人
ヨガ (体験・見学)	6日(水)、午前9時45分～10時30分、10時45分～11時30分	5人
水彩・デッサン画 (見学/体験)	6日(水)、午後2時～3時	5人
オカリナ (見学)	6日(水)、午後7時～8時30分	5人
軽い筋トレ (体験)	6日(水)、午後1時30分～3時	5人
手話 (見学)	6日(水)、午後7時10分～9時	4人
雅楽 (見学)	7日(木)、午後7時～8時45分	5人
植物細密画 (見学)	7日(木)、午後1時30分～3時30分	5人
合唱練習 (見学)	7日(木)、午前10時～11時	5人
落語 (体験)	7日(木)、午後7時～9時	4人
生花 (体験)	7日(木)、午後6時30分～8時30分	5人
謡曲 (見学)	7日(木)、午後1時～3時	5人
コーラス (体験)	8日(金)、午前9時30分～正午	10人
簡化二十四式太極拳(体験)	8日(金)、午後6時30分～8時30分	5人
薄茶点前等 (体験)	8日(金)、午後2時～3時	5人
新聞折りなど (業の見学)	9日(土)、午後1時30分～4時	10人
油絵・活動の様子 (見学)	12日(火)、午後1時～4時	5人
合唱 (体験・見学) ※喜志分館で実施。	12日(火)、午後1時～3時	5人
合奏 (見学)	12日(火)、午前9時30分～11時30分	10人
富田林及び周辺の自然・歴史などの研究 (見学)	12日(火)、午後1時30分～4時30分	10人
健康体操 (体験)	13日(水)、午後1時30分～3時	10人
日本舞踊の基礎 (体験)	13日(水)、午前10時～11時30分	6人
七宝焼アクセサリー作成(体験)	13日(水)、午後1時30分～3時30分	3人
押し花・はがき作り (体験)	14日(木)、午前10時～11時30分	10人
水彩画、デッサン、アクリル (体験・見学)	14日(木)、午後1時30分～3時30分	5人
調理実習と試食 (体験)	14日(木)、午前9時50分～午後0時30分	6人
平家物語を聞く (見学)	14日(木)、午後1時～3時	2人
着付け (体験)	14日(木)、午後1時15分～3時15分	5人
ソフトなエアロビクスダンス (体験、女性のみ)	17日(日)、午前10時～11時	10人
生花 (見学)	19日(火)、午前10時～11時30分	3人
手話の勉強 (見学)	19日(火)、午前10時～11時30分	5人
華道 (見学)	19日(火)、午後1時～3時	5人
人形劇 (体験・見学)	21日(木)、午前10時～正午	5人
川柳を作ってみよう(体験)	21日(木)、午後1時～4時	5人

東公民館

内容	とき	定員
卓球 (体験)	1日(金)、午後1時～5時	5人
卓球 (体験、女性のみ)	2日(土)、午前10時～11時30分	3人
水彩画 (体験)	3日(日)、午後1時～5時	3人
日本画 (体験)	3日(日)、午後1時30分～4時	5人
ズンバ (体験)	5日(火)、午後1時15分～2時25分	10人
インディアカ (体験)	6日(水)、午前9時～正午	5人
ピラティス (体験)	7日(木)、午後1時15分～2時15分	5人
ウクレレ (体験)	9日(土)、午前10時～11時30分	5人
木彫り (体験)	10日(日)、午前9時30分～11時30分	3人
健康体操 (体験)	12日(火)、午前10時～11時30分	5人
バドミントン (体験)	13日(水)、午後7時30分～9時	3人
オカリナ (体験)	15日(金)、午前10時～11時30分	3人
バドミントン (体験)	15日(金)、午前10時～正午	3人
日本舞踊 (体験)	15日(金)、午後1時～4時	10人
バレーボール (体験)	23日(土)、午後6時～9時	5人
お箏 (見学)	26日(火)、午前10時～正午	3人

金剛公民館

内容	とき	定員
太極拳 (体験)	2日(土)、午後1時～3時	10人
中国語 (見学)	2日(土)、午後1時30分～3時30分	4人
社交ダンス (体験)	2日(土)、午後6時30分～7時30分	5人
簡化二十四式太極拳 (体験)	5日(火)、午後1時～2時45分	15人
コーラス (体験)	5日(火)、午後7時～8時	10人
エスペラント語学ぼう(体験)	5日(火)、午後7時～8時50分	10人
手話歌 (体験)	6日(水)、午前10時30分～正午	20人
歌謡会 (体験)	6日(水)、午後1時30分～4時	5人
ダンス・体操(体験、女性のみ)	6日(水)、午後3時～4時	10人
民謡教室 (体験)	8日(金)、午後2時～3時	5人
フルート演奏 (体験)	8日(金)、午後3時～5時	5人
手品教室 (体験)	10日(日)、午後2時～3時30分	15人
手話 (体験)	12日(火)、午後7時～8時	10人
フォークダンス (体験)	14日(木)、午前9時50分～11時50分	5人
クラシックギター (体験)	14日(木)、午後7時～8時	5人
水彩画・クレヨン静物画 (体験)	17日(日)、午後1時～3時	10人
手話【初級】(体験)	22日(金)、午前10時30分～11時45分	10人
粘土工芸 (体験)	22日(金)、午前10時～正午	10人
世界の家庭料理 (体験)	22日(金)、午前9時～午後2時	10人
フラダンス (体験)	23日(土)、午前10時～11時	5人
墨彩画 (体験)	28日(木)、午後1時～4時	3人

⑧いずれも2月6日(火)～20日(火)に、各館へ来館または電話で申し込んでください (申し込み先着順)
※費用や持ち物など詳しくは、お問い合わせください。

保健医療

子育て

相談

くらし

ふし



カルチャー

世界のダンスを踊ってみよう～サンバダンス編～

◎ 3月6日(水)、13日(水)、21日(水)、27日(水)、午後1時30分～3時

場中央公民館

対原則3回以上参加できる女性の人数15人 料無料

申2月20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)

キラキラ光るサンキャッチャーを作ろう!

◎ 3月9日(土)、①午前10時～正午、②午後1時30分～3時30分

場中央公民館

対①小学生以上の親子、②小学生以上の人(小学3年生以下は保護者同伴)



申①8組、②10人 料1000円程度 持ハサミ、定規

申2月20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、希望時間、保護者の氏名(同伴の場合)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)

地域連携室ってどんなところ? 予期せぬ入院あなたはどうする!

予期せぬケガや病気、あなたが入院となった時のために、入院時の不安や心配を事前に取り除きませんか。

◎ 3月7日(水)、午後2時～3時30分 場中央公民館 定50人 料無料

申2月20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)

知る・食べる・考える昆虫食のホント

◎ 3月9日(土)、午後1時30分～3時 場金剛公民館

対小学生以上の人(保護者も参加できます) 定15人 料300円

講師 清水 和輝さん(昆虫食YouTuber)

申2月20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、〒584-0072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)

公開講座「防災セミナー～大切ないのちを守るために～」

◎ 3月9日(土)、午後2時～4時 場レインボーホール(市民会館)1階大会議室

内地震など災害への備えに関する講義、家具安全対策ゲーム(KAG) 定100人(当日直接会場) 料無料 持人権・市民協働課内町総代会事務局(内線473)

カリスマ獣医が教える犬猫健康と腸活講座

大切な家族のペットの健康は腸内細菌で決まります。免疫力と長生き、健康をテーマにお話しします。

◎ 3月10日(日)、午後1時30分～3時30分 場トピックス(きらめき創造館)

対中学生以上の人 定30人 料無料 持筆記用具、ペットの写真

講師 川野 浩志さん(東京大学動物医療センター)

申2月20日(火)までに、メールに講座名、住所、氏名、電話番号を明記し、株式会社リリク [E:chinami@ririku.jp] へ(申し込み多数の場合抽選)

堺市総合防災センターに行ってみよう!

堺市総合防災センターに行き、防災について学んでみませんか。水害や消火なども経験できます。

◎ 2月17日(土)、午後1時～6時30分 場児童館

対市内在住または在学の中学生～高校生 定10人程度 料660円(交通費)

申2月10日(土)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)

※右図からも申し込み可。



保健医療

子育て

相談

くらし

のび

広告枠



イベント

自然のエネルギーで育つ 農産物を子どもたちへ

幼児などが正しい食習慣を身に付けることや保護者が多様な農業を理解して食に対して関心をもってもらうための食育講座です。講座終了後に試食会もあります。

📅 3月24日(日)、午前11時～午後1時
場きらめきファクトリー

定員20人

料無料

講師 久野 陽子さん(富田林自然農法根っ子の会理事長)

📞 2月6日(火)～3月10日(日)に、電話で、富田林自然農法根っ子の会事務局 ☎090(7348)7106 へ(申し込み先着順)

自然保全活動と自然に親しむ催し

①里山ホリデー「シイタケの植菌など」

📅 2月10日(土)、午前10時～午後3時

②野鳥観察会

📅 2月18日(日)、午前9時～午後1時

📍 近鉄長野線「滝谷不動駅」から滝谷公園を通り、奥の谷(彼方)で現地解散

講師 上村 賢さん(日本野鳥の会大阪支部)

③植物観察会

📅 3月23日(土)、午前9時～午後1時

📍 開始時間に①③は奥の谷(彼方)、②は近鉄長野線「滝谷不動駅」に集合

定員各20人

料300円(小学生以下無料、ただし保護者同伴)

📋 弁当、水筒、長袖、長ズボン、帽子、安全な靴

※②は双眼鏡、図鑑(いずれも持っている人のみ)、③は軍手も持参。

※いずれも当日午前7時の天気予報で降水確率が50%以上の場合は中止。

📞 2月6日(火)～、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) [✉ tabuchi@hb.tp1.jp・☎090(8888)3912] へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

第14回かがりの郷まつり

かがりの郷で活動する皆さんの発表の場として、また、地域の人たちとの交流の場として同まつりを開催します。

📅 3月2日(土)、午前10時～午後3時(物品販売は午後1時30分まで)

📍 かがりの郷(当日直接会場へ)

📋 舞台発表や作品展示、市内の作業所の物品販売など

※子ども向けコーナーもあります。

📋 上靴、飲み物

※駐車場には限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

※浴場の利用は午後2時～。

📍 かがりの郷

フェルトで作ろう おひなさまワークショップ

📅 2月11日(祝)～3月6日(休)(休館日は除く)、午前10時～正午、午後1時～3時

📍 じないまち交流館

定員20人(小学生以下は保護者同伴)

料700円 📋 持ち帰り用の袋

📅 2月6日(火)～、じないまち交流館へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

第74回市民文化祭参加団体募集

①ミュージックフェスティバル

📅 5月25日(土)

②コーラス・フェスティバル

📅 9月8日(日)

③三絃・箏・尺八演奏会

📅 10月6日(日)

📋 ①市内在住・在勤・在学の人が3人以上含まれる洋楽の団体(合唱は除く)、②③市内在住・在勤の人が5人以上含まれる団体

定員①10団体、②22団体、③13団体

📍 すばるホール

📋 いずれもすばるホールに備え付けの申込書に必要事項を記入し、2月6日(火)～24日(土)(休館日を除く午前9時～午後5時)に、〒584-0084 桜ヶ丘町2の8 すばるホール [FAX (25)0550] へ(申し込み多数の場合抽選、郵送・ファクス申し込み可)

※申込書は、同ホールホームページ [http://subaruhall.org/] からダウンロードもできます。

広告枠

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

春休みこどもスイミング教室

🕒 3月27日(水)～30日(土)、午前8時25分～9時30分(全4回)
📍 ウエルネスけあばる
👤 小学生(令和6年度新1年生含む)
👥 50人(最少催行人数5人)
💰 5500円
📩 3月1日(金)、午前11時～、電話で、けあばるへ(定員3人、申し込み先着順)
※2月6日(火)、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47人、申し込み先着順)。

ソフトバレーフェスティバル

🕒 3月17日(日)、午前9時～午後5時
📍 市民総合体育館
👤 ①男女混合の部、②女子1部(50歳以下)、③女子2部(51歳以上)
📍 市内在住・在勤・在学の人
※1チームの登録人数は8人まで。
👥 各種目20チーム
💰 1チーム3000円(当日徴収)
※ソフトバレーボール1球、保険代含む。
📩 2月6日(火)～24日(土)(午後5時まで)に、市民総合体育館へ(申し込み先着順、電話申し込み不可)
📍 池谷 満里子さん(市バレーボール連盟) ☎090(5062)3456]

小学校校庭遊び場開放

子どもたちの身近で安全な遊び場として小学校の校庭を開放します。
🕒 ①2月18日(日)、3月17日(日)、②2月25日(日)、3月24日(日)、いずれも午後1時～4時
📍 ①富田林小学校・大伴小学校、②寺池台小学校
📍 市内在住・在学の子どもと保護者
📍 生涯学習課 ☎(26)8062
※団体での占用利用はできません。
※校区外に出掛けるときは決められたルールを守って出掛けましょう。

「隙間時間に肉体改造」セミナー

家事や仕事の合間でもできる効果的な筋トレのコツを学びませんか。
🕒 2月28日(水)、午後7時～8時30分
📍 ∞KONROOM
📍 市内在住の人
👥 10人 💰 無料
🎒 動きやすい服装、上靴、タオル
📩 2月7日(水)、午前10時～、右図から申し込み(申し込み先着順)
📍 ∞KONROOM ☎(60)6030



eスポーツでらくらく健康教室

eスポーツの要素を取り入れた、今までと違うトレーニングをしましょう。
🕒 2月16日(金)、24日(土)、午前11時～正午
📍 けあばる 📍 各10人
💰 220円(別途施設利用料実費)
🎒 動きやすい服装、飲み物、タオル
📩 2月7日(水)、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)
※2月6日(火)、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)。

第19回スポーツチャンバラ大会

🕒 2月25日(日)、午前9時15分～正午(午前9時～受け付け開始) ※希望者は午後からの団体戦も参加可。
📍 市民総合体育館
📍 小太刀の部、長剣フリーの部、サバイバルの部の個人戦3部門
※重複して参加も可。
👥 3歳～就学前の子ども=10人、小学生=10人
💰 1200円(保険代含む)
🎒 動きやすい服装、タオル、飲み物
※道具は無料で貸し出しします。
📩 2月6日(火)～16日(金)に、久保さん(スポーツチャンバラ協会) ☎080(4120)9084 へ(申し込み先着順)

2月・3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。
🕒 2月21日(水)、3月13日(水)、正午～午後3時
📍 市民総合体育館(当日直接会場へ)
💰 140円(中学生以下60円)
🎒 上靴、シャトル、ラケットなど
📍 市民総合体育館

なりきり! 忍者教室

めざせしのびポケモンゲッコウガ。ポケモンのゲッコウガになりきって5つの修行にチャレンジしよう。
🕒 2月23日(祝)、午前9時～10時15分、午前10時30分～11時45分
📍 市民総合体育館
📍 4歳～小学3年生
👥 各20人 💰 2000円
🎒 上靴、飲み物、動きやすい服装
📩 2月6日(火)、午前10時～、右図から申し込み(申し込み先着順)
📍 市民総合体育館



🚩 イベント

サバーファームだより

① イチゴ大福づくり
🕒 2月11日(祝)、12日(水)、18日(日)、23日(祝)、25日(日)、3月2日(土)、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
👥 各20人 💰 700円
② 春ジャガイモ植え付け体験
🕒 2月11日(祝)、12日(水)、午前10時30分～正午 📍 各30人 💰 無料
③ ミニサバーフェスタ
🕒 2月25日(日)、午前9時30分～午後2時
※①、②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

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
2/5、12、19、26、3/4
※中央図書館は2/29まで臨時休館。
※金剛図書館は2/2まで臨時休館。
 - 公民館
中央☎(24)3333・金剛☎(28)1121
東☎(25)1772・喜志分館☎(25)1117
2/5、11、12、19、23、26、3/4
※中央公民館は2/29まで臨時休館。
 - 人権文化センター ☎(24)0583
2/4、11、12、18、23、25、3/3
 - 児童館 ☎(25)0666
2/4、11、12、18、23、25、3/3
 - ^{トピック}きらめき創造館☎(26)8056
2/11、12、23
 - すばるホール ☎(25)0222
2/5、19、26、3/4
 - レインボーホール(市民会館)☎(25)1117
2/7、11、14、21、28
 - 市民公益活動支援センター☎(26)7887
2/3、4、10～12、17、18、23～25、3/2、3
 - 総合福祉会館 ☎(25)8261
2/11、12、23 ※毎週木曜日と2/10は浴場の利用はできません。
 - かがりの郷 ☎(20)6070
2/11、12、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
2/5、12、19、26、3/4
 - 農業公園サバーファーム☎(35)3500
2/5、13、19、26、3/4
 - 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
2/5、13、19、26、3/4
 - 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
※消防災害情報案内は2/17～、☎050(1809)9992に変更します。
 - 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

走り方教室

実戦形式で走り方を基礎から楽しく学びましょう。

② 3月2日(土)、9日(土)、①午前10時～11時15分、②午後1時～2時15分 場総合スポーツ公園

①小学1・2年生、②小学3～6年生

定各40人 料1000円(当日徴収)

動きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物

④ 2月19日(月)、午前10時～、総合スポーツ公園へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

第24回府障がい者スポーツ大会

②① 5月12日(日)、②18日(土)、③④ 19日(日)、⑤25日(土)、⑥26日(日)、⑦ 6月1日(土)、午前8時30分ごろ～

場万博記念競技場(吹田市)、府立門真スポーツセンター(門真市)他

種目 ①陸上競技、②水泳、③アーチェリー、④ボッチャ、⑤ボウリング、⑥フライングディスク、⑦卓球、サウンドテーブルテニス、

⑧①②③④⑥⑦身体障がい者手帳所持者、①②⑤⑥⑦療育手帳所持者、⑦精神障がい者保健福祉手帳所持者または自立支援医療(精神通院)受給者証の所持者 料無料

④ 2月6日(火)～3月8日(金)に、障がい福祉課(内線192)へ

パーソナルトレーニング

ジムトレーニングの30分間完全個別レッスンです。

② 2月21日(水)、3月13日(水)、午前11時～11時30分、11時30分～正午、正午～午後0時30分、2月24日(土)、3月16日(土)、午後5時～5時30分、5時30分～6時、6時～6時30分、6時30分～7時 場ウエルネスけあばる

①高校生以上の人 定各1人(計14人)

料3000円(別途施設利用料実費)

動きやすい服装、上靴、飲み物、タオル

④ 2月7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)

※2月6日(火)、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11人、申し込み先着順)

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	
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のでご相談ください。	

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	18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	11日(水) 午前9時～	
		午前10時～	
③健康ウォーキング	寺池台小学校	25日(日) 午前8時～	道明寺天満宮(藤井寺市方面)

※いずれも当日直接会場へ、参加費無料(ただし、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。