

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

みやび会 (着付け)

Ⓐ女性 Ⓑ5人 Ⓒ第2木曜日=午後1時～3時30分、第3・4木曜日=午前9時30分～正午
 Ⓓ中央公民館 Ⓔ月額1000円 ⒻFG杉田さん [☎090(1714)4610]

貯筋クラブ (軽い筋トレ)

Ⓐ市内在住・在勤の人 Ⓑ若干名
 Ⓒ第1・3水曜日、午後1時30分～3時
 Ⓓ中央公民館 Ⓔ月額2000円
 ⒻFG溝川さん [☎090(3357)3267]

リラックスヨガ

Ⓐ市内在住・在勤・在学の人 Ⓑ2人
 Ⓒ毎月第1・3・4火曜日、午後3時30分～5時
 Ⓓ金剛公民館
 Ⓔ月額1000円 ⒻFG活動日に金剛公民館へ

がんばった人に花まる!

●第73回市民マラソン大会結果

◇ハーフ

《一般男子の部》優勝 北辻 巴樹 (1時間12分26秒) / 第2位 上田 宝 (1時間20分6秒) / 第3位 植木 謙二 (1時間26分18秒)

《一般女子の部》優勝 國司 桃子 (2時間23分37秒)

《壮年男子の部》優勝 伊藤 崇哉 (1時間24分00秒) / 第2位 谷元 健 (1時間25分9秒) / 第3位 朝山 義則 (1時間27分18秒)

《壮年女子の部》優勝 深川 喜久子 (1時間42分10秒) / 第2位 上田 てるみ (1時間49分15秒) / 第3位 田中 陽子 (1時間53分4秒)

◇5km

《中学男子の部》優勝 眞木 蓮仁郎 (18分46秒) / 第2位 鈴木 瑠維 (18分50秒) / 第3位 原田 衆 (18分54秒)

新刊案内

陰流苗木 佐伯 泰英
 楽園 アブドゥルラザク・グルナ

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)、17日(日)、31日(日)、午前10時30分～11時
 金剛図書館 3月9日(土)、23日(土)、30日(土)、午後2時～2時30分

おはなし会

中央図書館 3月10日(日)、24日(日)、午前10時30分～11時
 金剛図書館 3月2日(土)、16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 3月15日(金)、午前10時10分～10時40分
 金剛図書館 3月14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 3月15日(金)、午前11時10分～11時40分

金剛図書館 3月21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 3月21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。
 ※いずれも当日、直接会場へ。

はるやすみ!

としょかんおたのしみ会

①3月27日(水)、②29日(金)、午後2時～2時30分、午後2時45分～3時15分

場①金剛図書館、②中央図書館

☑大型絵本、パネルシアター、お話など

☑2歳以上の人 (保護者同伴可)

定各15人 料無料

日3月6日(水)、午前10時～、①は金剛図書館、②は中央図書館へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

《一般男子の部》優勝 崎山 誠也 (18分8秒) / 第2位 鮎川 佳明 (18分11秒) / 第3位 中田 滋夫 (19分15秒)

《一般女子の部》優勝 上原 心優 (21分3秒) / 第2位 西尾 景子 (23分16秒) / 第3位 大山 結佳菜 (27分38秒)

《壮年男子の部》優勝 谷 剛騎 (18分48秒) / 第2位 村岡 隆幸 (19分23秒) / 第3位 大塚 剛 (20分3秒)

《壮年女子の部》優勝 大塚 梓 (24分37秒) / 第2位 皆川 美智子 (27分34秒) / 第3位 濱中 千恵 (27分37秒)

《ふれあいの部》優勝 美藤 星翔 (21分36秒) / 第2位 福田 有桔 (24分1秒) / 第3位 岩本 優大 (25分11秒)

◇3km

《中学女子の部》優勝 田中 美玖 (14分9秒) / 第2位 北辻 瑛麻 (15分30秒) / 第3位 上田 佑真 (17分1秒)

《小学男子の部》優勝 山本 晴翔 (13分43秒) / 第2位 川越 亮 (14分9秒) / 第3位 大谷 理鳳 (15分18秒)

《小学女子の部》優勝 杉野 幸実 (14分32秒) / 第2位 吉野 珠未 (15分29秒) / 第3位 市川 輝歩 (16分25秒)

《ふれあいの部》優勝 岡本 怜央 (18分30秒) / 第2位 川田 陽介 (20分34秒) / 第3位 河盛 世羽 (27分19秒)

保健医療

子育て

相談

くらし

ゆつ

①=とき、場=ところ、内=内容、対=対象者、定=定員、費=費用、持=持ち物、申=申し込み、問=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

まだ間に合う！ AI時代のビジネスツールチャットGPT活用

未来のコミュニケーションを手に入れよう。AIの力でビジネスを加速するコツを学びましょう。

① 3月26日(火)、午後7時～8時30分
場 ∞ KONROOM 対 市内在住の人
定 7人 費 無料

申 3月6日(水)、午前10時～^{ワカコト}
KONROOM (☎ (60) 6030) へ(申し込み先着順、電話申し込み可)

プラネタリウム震災特別番組放映

仙台市天文台制作の東日本大震災ドキュメンタリー作品「星よりも、遠くへ」を放映します。

① 3月10日(日)、午後4時～
場 すばるホール 定 80人 費 無料

申 3月6日(水)～、すばるホールへ(申し込み先着順、電話申し込み可)

※一度につき4人まで申し込みます。

公民館施設使用団体登録の受け付けを実施

中央・東・金剛公民館および喜志分館では、「公民館施設使用団体登録」を実施しています。

公民館施設を継続的に利用する場合は、毎年事前に団体登録をする必要があり、有効期限は翌年の3月31日までとなります。

※詳しくは、各公民館(喜志分館は中央公民館)にお問い合わせください。

問 中央・東・金剛公民館

ハスの株分けと仏教におけるハスについて知るワークショップ

夏に大輪の花を咲かせる「ハス」の株分けをし、仏教とハスの関係を知るワークショップです。株分けをしたハスは持ち帰りできます。

① 場 3月23日(土)、午前10時15分、きらめきファクトリー集合、午後0時30分ごろ浄谷寺(富田林町)解散予定

定 15人 費 500円

対 泥で汚れてもいい服装と長靴
申 3月20日(水)までに、きらめきファクトリーへ(申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)

※観光交流施設きらめきファクトリー公式LINE(右 )からも申し込みできます。

小学生1日お預かり けあぱる

春休みの一日を「けあぱる」で過ごしませんか。運動あり、勉強ありの充実した一日をお約束します。

① 4月3日(水)、午前9時30分～午後4時 場 ウエルネスけあぱる

対 小学生 定 15人(最少催行人数5人)

※令和6年度新小学1年生も参加可。
費 5500円(施設利用料、昼食・おやつ代含む)

対 宿題、なわとび、運動靴、タオル、飲み物、動きやすい服装

申 3月7日(木)、午前11時～、電話で、けあぱるへ(定員3人、申し込み先着順)

※3月6日(水)、午前7時～、けあぱるウェブサイト(<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)。

ドローンをプログラミングして飛ばしてみよう!

① 3月24日(日)、午前10時～午後0時30分、午後2時～4時30分

場 レインボーホール(市民会館)

対 トイドローンを用いたプログラミング入門と操縦体験 対 小学4～6年生
定 各30人 費 無料

講師 吉田 大介さん(大阪公立大学大学院情報学研究科准教授)

対 筆記用具、飲み物、上靴

申 3月10日(日)までに、右  から申し込み(申し込み多数の場合抽選)

問 株式会社リリク(☎ chinami@ririku.jp)

3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
能楽・謡曲講座 「謡」「仕舞」編	3月12日(火)、19日(火)、26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。
身体の不調は自分で治す! 背骨コンディショニング	3月8日(金)、22日(金)、午後1時30分～2時30分、午後3時～4時	各15人	700円
かんたんZUMBA ～楽しくシェイプアップ&ストレス発散～	3月15日(金)、午後1時30分～2時30分	25人 ※最少催行人数3人	400円
申し込み 3月7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)			

スマートフォン・パソコン教室

講座名	とき	ところ	内容	定員	費用	持ち物	申し込み
すばるパソコン教室	毎週火・水・金曜日、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 ※①②=火曜日、②=水曜日、①～④=金曜日。 ※希望曜日・時間を予約できます。詳しくは、お問い合わせください。 ※4月以降、水曜日は休講となります。	すばるホール	「パソコン入門」「ワード」「エクセル」「ホームページ作成」などの各コースから選択	各7人	4回券5200円、6回券7300円、8回券9400円 ※別途テキスト代実費。	筆記用具	すばるホールで随時受け付け(電話申し込み不可)

府手話通訳者養成講座

手話を必要とする聴覚障がい者のコミュニケーション手段を確保するため、「手話通訳者」を養成する同講座を開催します。

㊦5月～令和7年3月(全35回程度)
※詳しい日程や開催場所、対象者などは、お問い合わせください。

㊩10人(受講判定試験を実施)

㊫無料(教材費実費)

㊭府ウェブサイト [https://www.pref.osaka.lg.jp/jiritsushien/jiritsushien/] から申し込みまたは障がい福祉課(内線192)に備え付けの申込書に必要事項を記入し、3月22日(金)(必着)までに〒537-0025 大阪市東成区中道一丁目3の59 府立福祉情報コミュニケーションセンター内、(公社)大阪聴力障害者協会「大阪府手話通訳者養成講座担当」へ郵送

㊮府民お問合せセンター【☎06(6748)0380】

手話奉仕員養成講座(入門)

㊦4月13日～9月21日の毎週土曜日、午後2時～4時(5月4日、8月10日を除く全22回) ㊧総合福祉会館
㊨厚生労働省のカリキュラムに沿った講座

㊩次の全てに該当する人

・市内在住・在勤・在学の高校生以上(未成年の場合は親の同意が必要)で、新規または当講座を受講し修了

書がもらえていない人

・同講座修了後、市役所で市の手話通訳者に登録、または市内の手話サークル活動に積極的に参加できる人

㊩12人

㊫無料(教材費実費)

㊬筆記用具、テキスト代

㊭3月1日(金)～15日(金)に、総合福祉会館へ(電話申し込み可)

※申し込み多数の場合3月18日(月)、午前10時より公開抽選します。

※同講座を受講した人は、9月～令和7年3月の土曜日に開催予定の「手話奉仕員養成講座(基礎)」を受講できます。

府点訳・朗読奉仕員中級養成講座

㊦6月6日(木)～11月28日(木)(全24回) ※詳しい日程は、お問い合わせください。

㊧府立福祉情報コミュニケーションセンター(大阪市東成区中道一丁目3の59)

㊨点訳奉仕員中級養成講座、朗読奉仕員中級養成講座

㊩府内在住・在勤・在学で市町村などの初級講座修了者または同等と認められる人

㊩各25人(受講判定試験を実施)

㊫無料(教材費実費)

㊭障がい福祉課(内線192)に備え付けの申込書に必要事項を記入し、4月25日(木)(必着)までに郵送で、〒537-0025大阪市東成区中道一丁

目3の59(一財)大阪府視覚障害者福祉協会へ ※府ホームページからも申し込みできます。

㊮同協会【☎06(6748)0611】

市民人権セミナー「多文化化する日本で私たちが歩む道

ますます多文化化が進む日本において、どのような視点を持つことが重要なのか、一緒に考えましょう。

㊦3月16日(土)、午後2時～4時

㊧とんだばやし国際交流協会

㊩20人 ㊫無料

㊨講師 高麗晶さん(とんだばやし国際交流協会)

㊭3月14日(木)までに、電話またはメールに講座名、氏名、参加人数、電話番号を記入し、人権・市民協働課〔内線474・✉jinken@city.tondabayashi.lg.jp〕へ(申し込み多数の場合抽選)

※右図からも申し込み可。



けあばる篆刻講座

㊦4月4日～令和7年3月6日の原則第1金曜日・第3木曜日、いずれも午後1時～3時(全20回)

㊧けあばる ㊩10人

㊫2万6400円(別途道具・材料費実費)

㊭3月14日(木)、午前9時～、電話で、けあばるへ(定員2人、申し込み先着順)

※3月6日(水)、午前7時～、けあばるウェブサイト [https://carepal.or.jp/] から申し込みできます(定員8人、申し込み先着順)。

広告枠

※広告の問い合わせは、S T総合広告【☎072(368)1227・FAX072(368)1228】へ

保健医療

子育て

相談

くらし

ゆとり



イベント

里山講座を開催

📅 3月10日(日)、午後2時～3時30分 (午後1時30分～受け付け)

📍 レインボーホール (市民会館) 3階竹の間

📌 資源循環型社会に向かうための里山管理についての講演

定員 50人

📌 無料 (当日直接会場へ)

講師 黒田 慶子さん (神戸大学名誉教授)

岡田 淵 武夫さん (富田林の自然を守る会会長) [✉ tabuchi@hb.tp1.jp・☎ 090(8888)3912]

「彩 (いろいろ) 花の美展」 ハンドメイドマルシェ作品募集

5月10日(金)～12日(日)に、レインボーホール (市民会館) で同展を開催します。

募集作品 花をテーマにした絵はがきなどのハンドメイド作品

📌 作品をご自身で搬入、立ち会い、管理、搬出できる人

定員 10団体

📌 1ブース2000円

📍 レインボーホールに備え付けの応募用紙に必要事項を記入し、3月7日(木)、午前10時～21日(木)に、同ホールへ。

※選考を行い、結果を連絡します。

たび旅とんだばやし～若手起業家を訪ねるまち歩きツアー～

📅 3月31日(日)、午後0時45分、きらめきファクトリー集合、午後5時30分ごろ富田林寺内町解散予定

📍 市内で活躍する農家、カフェ営業、クラフトビール醸造の複数の起業家を訪ね、起業のきっかけや仕事のこだわりについて知るまち歩きツアー

定員 15人
📌 2500円 (試飲・試食、お土産付)、別途バス代650円実費

📅 3月24日(日)までに、きらめきファクトリーへ (申し込み多数の場合抽選、電話申し込み可)

※観光交流施設きらめきファクトリー公式LINE (右📱) から申し込みできます。



カルチャー

旧杉山家住宅のいまとむかし

今に残る旧杉山家住宅の姿は、かつてどんな様子だったのか。半解体修理の様子から、かつての姿からの変化を紐解く企画展示です。

📅 2月27日(火)～3月31日(日)、午前10時～午後5時 📍 寺内町センター

📌 無料 (当日直接会場へ)

※同時開催の「クイズ! 写真でたどろう! 旧杉山家住宅」は旧杉山家住宅入館料が必要になります。

📍 旧杉山家住宅

とんだばやし国際交流協会 多文化理解のための語学講座

📅 4月～令和7年3月

講座名	とき
中国語・初級	火曜日 (月4回)、午後3時～4時40分
中国語・中級	火曜日 (月4回)、午前10時～11時40分
中国語・会話初級	水曜日 (月4回)、午後6時10分～7時50分
中国語・会話中級	火曜日 (月4回)、午後1時～2時40分
韓国語・初級	月曜日 (月4回)、午前10時～11時40分
韓国語・中級	月曜日 (月4回)、午後1時～2時40分
韓国語・会話中級①	木曜日 (月4回)、午後1時～2時40分
韓国語・会話中級②	木曜日 (月4回)、午後3時～4時40分
英会話・初級	月曜日 (月4回)、午後3時～4時40分
英会話・中級	水曜日 (月4回)、午後6時～8時
タイ語・初級	水曜日 (月4回)、午前10時～11時40分

📍 TONPAL (多文化共生・人権プラザ) (若松町一丁目7の1) など
定員 各15人 (最小催行人数各5人)
※費用や持ち物など詳しくは、お問い合わせください。

📅 3月6日(水)～、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、電話申し込み可)

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

東公民館ホール一般開放

🕒 3月3日～4月28日の毎週日曜日（3月31日を除く）、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



イベント

第74回市民文化祭参加者募集

①市民民謡大会

🕒 6月22日(日)

👤市内在住・在勤の人を5人以上含む団体

👤6団体

②ダンスフェスティバル

🕒 7月7日(日)

👤市内在住・在勤の人を5人以上含む50人以下の団体または5～10人の個人グループ

👤10団体

📍すばるホール 🆓無料

👤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、3月3日(日)～10日(日)（休館日を除く午前9時～午後5時）に、すばるホールへ（いずれも申し込み多数の場合抽選、②は24日(日)、午前11時～、すばるホールで抽選会と説明会を実施します）

合唱団ミニコンサート

市青少年少女合唱団が楽しい歌をいっぱい歌います。

🕒 4月28日(日)、午前10時30分～11時30分

📍金剛公民館 2階ホール

👤60人（当日直接会場へ）

🆓無料

👤鷺見さん【☎(21)3620】または溝端さん【☎090(2830)1641】

じないまち四季物語2024「春」第18回じないまち雛めぐり

民家や商店、町かどなどで、春の花とともにお雛さまが飾られます。飲食や雑貨、特産品の販売など、その他連携イベントも開催されますので、ぜひお越しください。

🕒 3月9日(土)、10日(日)、午前10時～午後4時（雨天決行）

📍富田林寺内町およびその周辺（近鉄長野線「富田林駅」または「富田林西口駅」下車すぐ）

📍きらめきファクトリー



じないまち雛めぐり連携イベント

①デジタル顔はめパネルで、お雛様などに变身しよう

あなたの顔を写真で撮り、AR（拡張現実）を使って、あなたを变身させます。

🕒 3月9日(土)～17日(日)、午前10時～午後5時

②江戸商人のちんどん屋さん

江戸商人のちんどん屋さんがやってきます。記念撮影もできます。

🕒 3月9日(土)、午前10時～午後4時

③きらめき雛めぐりええもん市

富田林市の特産品、銘菓、物産品などを販売します。

🕒 3月9日(土)、10日(日)、午前10時～午後4時

④切り絵で、立体雛人形を作ろう

🕒 3月9日(土)、10日(日)、午前10時30分～11時30分

👤10歳以上の人（小学生は保護者同伴）

👤各6人

※カッターナイフを使用します。

👤講師 カメイミチヨさん（切り絵作

家・今昔の玉手箱)

📍きらめきファクトリー

👤①②は無料、④は500円

👤①～③は当日直接会場へ、④はきらめきファクトリーへお問い合わせください。

KONGOで遊び尽くせ！～金剛てんこもりフェス～

ステージ、アートワークショップ、地場産マルシェ、美味しいものなどが金剛に大集合します。金剛で遊び尽くしましょう。

🕒 3月23日(土)、午前11時～午後3時
📍金剛中央公園（久野喜台二丁目2）など

※駐車場はありません。

📍KONROOM【☎(60)6030】

サバーファームだより

①イチゴ大福づくり

🕒 3月9日(土)、10日(日)、16日(土)、17日(日)、20日(祝)、23日(土)、24日(日)、30日(土)、31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ポピー植え付け体験

🕒 3月10日(日)、午前10時30分～正午

👤30人

🆓無料

③サトイモ植え付け体験

🕒 3月23日(土)、24日(日)、午前10時30分～正午

👤各30人

🆓無料

④ミニサバーフェスタ

🕒 3月24日(日)、午前9時30分～午後2時

※①～③は当日午前9時30分～受け付け（申し込み先着順）、④は当日直接会場へ。

📍サバーファーム



スポーツ

Up! もりもり教室

体力不足に悩んでいるけど、どんな体操や運動をしたらよいか分からない人はぜひ参加ください。

📅 4月～9月の第1・3火曜日(8月6日は除く)、午後1時～2時30分
場かがりの郷

👤 市内在住のおおむね60歳以上の人
定各20人

👉 1回300円

👉 上靴、タオル、飲み物

📅 3月6日(水)、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)

ミュージックアロマヨガ

📅 4月14日(日)、5月12日(日)、6月9日(日)、7月14日(日)、①午前11時～正午、②午後1時30分～3時

場かがりの郷

👤 ①いすヨガ=各15人、②ゆるヨガ=各20人

👤 市内在住・在勤の人

👉 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

📅 3月11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)

スポーツチャンバラ体験会

📅 3月16日(土)、午前9時30分～11時、午後1時～2時30分

場市民総合体育館

👤 4歳～小学6年生

定各10人

👉 無料

👉 着替え、タオル、飲み物

📅 3月6日(水)～15日(金)に、電話で、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)

富スポグラウンドゴルフ大会

📅 4月17日(水)、午前8時～正午、午前11時30分～午後3時30分(雨天時は4月24日(水)に延期)

場総合スポーツ公園

👤 24ホールストロークプレイ

定各150人 料1000円(当日徴収)

📅 3月24日(日)、午前9時～31日(日)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。

苦手克服! こどもスイミング教室

📅 3月20日(祝)、午前11時～正午

場ウエルネスけあばる

👤 小学生

※令和6年度新小学1年生も参加可。

定15人(最少催行人数5人)

料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

📅 3月7日(水)、午前11時～、電話で、けあばるへ(定員3人、申し込み先着順)

※3月6日(水)、午前7時～、けあばるホームページ [https://carepal.or.jp] から申し込みできます(定員12人、申し込み先着順)。

シェイプアップウォーキング&ロコモウォーキング

📅 ①シェイプアップウォーキング=3月7日(水)、4月4日(水)、ロコモウォーキング=3月21日(水)、4月18日(水)、いずれも午前10時～11時

場市民総合体育館

👤 18歳以上の人

定各20人

料700円

👉 動きやすい服装、運動靴、飲み物

📅 3月6日(水)、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。



～笑って歩いて健康長寿～ 足の健康とノルディック・ウォーク

ノルディックポールを使って、体力、免疫力アップをしませんか。

📅 3月21日(水)、午前10時～正午

場レインボーホール(市民会館)

定16人

料700円(当日徴収)

👉 動きやすい服装、運動靴、リュックまたはウエストポーチ

※ノルディックポールは無料で貸し出します(要予約)。お持ちの人は持参してください。

📅 3月7日(水)、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)

体幹トレーニング教室

体幹を鍛えることでからだのバランスを整え、姿勢を美しく保つことで怪我や転倒を予防しましょう。

📅 3月16日(土)、午前11時～正午、31日(日)、午後1時～2時

場けあばる

定各25人(最少催行人数各5人)

料220円(別途施設利用料実費)

👉 動きやすい服装、飲み物、タオル

📅 3月7日(水)、午前11時～、電話で、けあばるへ(定員各5人、申し込み先着順)

※3月6日(水)、午前7時～、けあばるホームページ [https://carepal.or.jp] から申し込みできます(定員各20人、申し込み先着順)。

春のテニスレッスン

📅 4月6日(土)、午後2時30分～3時30分、3時45分～4時45分

場総合スポーツ公園

👤 新小学1～6年生

定各10人

料1000円(当日徴収)

👉 動きやすい服装、タオル、飲み物

📅 3月8日(金)、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)

㊦=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

令和6年 第72回富田林市民体育大会			
種目	とき	種別	ところ
①軟式野球	5月26日～7月21日 日の日曜日	一般男子	富田林パファローズ スタジアム(総合スポーツ公園野球場)
②バレーボール	5月19日(日)	一般男子5号球(高校・大学生を含む)、一般女子5号球、女子2部4号球(35歳以上)	市民総合体育館
③卓球	6月2日(日)	《シングルス》男子・女子、《ダブルス》男子・女子	市民総合体育館
④ソフトボール	6月2日～6月16日、 7月7日～8月4日 の日曜日	一般(男子・女子)、壮年男子(40歳以上)、シニア(59歳以上) ※壮年男子とシニアは一般に重複して出場可。	石川河川敷 川西グラウンド
⑤バドミントン	5月12日(日)	《シングルス》一般1部(男子・女子)、一般2部(男子・女子)	市民総合体育館
	7月21日(日)	《ダブルス》一般1部(男子・女子)、一般2部(男子・女子)、一般3部(男子・女子)	
⑥ソフトテニス	5月6日(休)、 予備日 5月12日(日)	一般男子・女子(39歳以下)、成年男子・女子(40歳以上)、シニア男子1部(55歳以上)、 シニア男子2部(65歳以上)、シニア女子1部(55歳以上)、シニア女子2部(65歳以上) ※高校生(男子・女子)の日程は未定。	総合スポーツ公園 テニスコート
⑦テニス	4月28日(日)	《シングルス》高校女子、《ダブルス》高校女子	総合スポーツ公園 テニスコート
	5月3日(祝)	《シングルス》高校男子、《ダブルス》高校男子	
	5月19日(日)	《ダブルス》一般(男子・女子) ※18歳以上、高校生不可。	
	5月26日(日)	《ダブルス》壮年男子(45歳以上)、混合 ※両方のエントリー不可。	
予備日=高校生の部は5月5日(祝)、一般・壮年男子・混合は6月2日(日)			
⑧ゲートボール	6月16日(日)	一般	津々山台ゲート ボール場
⑨バスケット ボール	7月14日(日)、8月4 日(日)、11日(祝)	一般男子・一般女子(高校生以上)	市民総合体育館
⑩合気道	5月12日(日)	一般(中学生以上)、少年(小学生)	市民総合体育館
⑪トランポリン	7月7日(日)	トーナメントA・B・C・D、発表会	市民総合体育館
⑫柔道	5月18日(土)	小学生、中学生、高校生、一般 ※申込状況に応じて部門決定。 ※大会当日、未経験者向け柔道体験プログラムを実施します(どなたでも参加可)。	河南高校柔道場
⑬サッカー	6月30日(日)、7月 7日(日)、8月4日(日) 予備日8月11日(祝)	一般男子(16歳以上)	総合スポーツ公園 多目的競技場
⑭日本拳法	5月12日(日)	成年男子、成年女子、高校男子、高校女子	喜志小学校体育館
⑮剣道	10月27日(日)	《個人試合》小学1・2年(男子・女子)、小学3・4年(男子・女子)、小学5・6年(男子・女子)、 中学生(男子・女子)、高校生(男子・女子)、一般4段以下(男子・女子)《団体試合3人戦》 先鋒(小学4年生以下)・中堅(小学6年生以下)・大将(中学生)	市民総合体育館
⑯少年軟式野球	4月6日(土)、7日 (日)、14日(日)	Aクラス(小学6年生以下)	石川河川敷 喜志グラウンド
	5月25日(土)、6月1 日(土)、8日(土)、15日 (土)、22日(土)	Bクラス(小学5年生以下)	
	10月12日(土)、13日 (日)、14日(祝)	Cクラス(小学4年生以下)	
⑰少年サッカー	令和7年1月11日(土)、 予備日1月18日(土)	小学3・5年生	総合スポーツ公園 多目的競技場
	令和7年1月12日(日)、 予備日1月18日(土)	小学4・6年生	
参加資格	市内在住・在勤・在学のアマチュア競技者		
申し込み	4月1日(月)～ ^{トピック} Topic(きらめき創造館)3階生涯学習課【☎(26)8062】(土・日曜日、祝日は除く、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(電話申し込み不可) ※申込締切日は、⑦4月6日(土)(高校男子・女子)、5月4日(祝)(一般男子・女子、壮年男子、混合)(午後5時30分まで)、⑰4月 12日(金)、①4月18日(木)(午後5時まで)、⑧4月18日(木)、②⑨～⑪⑬⑭4月20日(土)、④4月24日(水)、⑤4月26日(金)(シングルス)、7 月5日(金)(ダブルス)、⑥4月27日(土)、⑫5月7日(火)、③5月19日(日)、⑩9月21日(土) ※⑯は生涯学習課へお問い合わせください。		

保健医療

子育て

相談

くらし

ふし

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
3/4、11、18、25、4/1
 - 公民館
中央☎(24)3333・金剛☎(28)1121
東☎(25)1772・喜志分館☎(25)1117
3/4、11、18、20、25、4/1
 - 人権文化センター ☎(24)0583
3/3、10、17、20、24、30、31
 - 児童館 ☎(25)0666
3/3、10、17、20、24、31
 - ^{トピック}Topic(きらめき創造館)☎(26)8056
3/20
 - すばるホール ☎(25)0222
3/4、11、18、25、4/1
 - レインボーホール(市民会館)☎(25)1117
3/6、13、20、27、4/3
 - 市民公益活動支援センター☎(26)7887
3/2、3、9、10、16、17、20、23、24、30、31
 - 総合福祉会館 ☎(25)8261
3/20 ※毎週木曜日は浴場の利用はできません。
 - かがりの郷 ☎(20)6070
3/20 ※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
3/4、11、17、18、25、4/1
 - 農業公園サバーファーム ☎(35)3500
3/4、11、18、25
※4/1以降、一旦休園させていただきます。
 - 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
3/4、11、18、25、4/1
 - きらめきファクトリー ☎(24)5500
3/26 (午後1時～9時)
 - 消防本部・消防署 ☎(23)0119
金剛分署 ☎(29)0119
消防災害情報案内 ☎050(1809)9992
 - 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

第1期健康づくり教室(全10回)

②☎いずれも令和6年4月～6月
※詳しい日程は、お問い合わせください。

《水泳教室の部》

- ①はじめてのスイミング 火曜日、午後1時～2時
 - ②背泳ぎ入門 火曜日、午後2時30分～3時30分
 - ③アクアビクス 水曜日、午前11時～正午
 - ④4泳法チャレンジ 水曜日、午後1時～2時
 - ⑤クロールからのステップアップ 水曜日、午後2時30分～3時30分
 - ⑥クロール&背泳ぎ入門 木曜日、午後1時～2時
 - ⑦水中ウォーキング 木曜日、午後2時30分～3時30分
 - ⑧平泳ぎ入門 金曜日、午後0時30分～1時30分
 - ⑨バタフライ入門 金曜日、午後2時～3時
 - ⑩アクアトレーニング 土曜日、午後2時～3時
- #### 《陸上教室の部》
- ⑪バランスボール 火曜日、午後2時30分～3時30分
 - ⑫フラダンス 木曜日、午前10時～11時
 - ⑬ピラティスA 木曜日、午前11時10分～午後0時10分
 - ⑭ピラティスB 木曜日、午後0時

- 15分～1時15分
- ⑮ヨガ 木曜日、午後1時30分～2時30分
- ⑯ライトヨガ 木曜日、午後2時45分～3時45分
- ☎ウエルネスけあばる
- ☎高校生以上の人
- ☎①②④～⑥は各14人、③⑧⑨は各28人、⑦は30人、⑩は18人、⑪は20人、⑫～⑯は各25人
- ☎各6600円(別途施設利用料実費)
- ☎3月7日(木)、午前11時～、ウエルネスけあばるへ(いずれも定員各3人、申し込み先着順、電話申し込み可)
- ※3月6日(水)、午前7時～、けあばるホームページ [https://carepal.or.jp] から申し込みできます(定員は①②④～⑥は各11人、③⑧⑨は各25人、⑦は27人、⑩は15人、⑪は17人、⑫～⑯は各22人、申し込み先着順)。

水泳プライベートレッスン

- ②3月10日(日)、24日(日)、午後0時15分～0時45分、0時45分～1時15分、26日(火)、午前11時30分～正午、正午～午後0時30分、0時30分～1時
- ☎ウエルネスけあばる
- ☎小学生以上の人 ☎各1人(合計7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
- ☎3月7日(木)、午前11時～、電話で、けあばるへ(定員4人、申し込み先着順)
- ※3月6日(水)、午前7時～、けあばるホームページ [https://carepal.or.jp] から申し込みできます(定員3人、申し込み先着順)。

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	17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	太伴小学校	午前9時～	
		10日(日) 午前10時～	
③健康ウォーキング	寺池台小学校	24日(日) 午前8時～	丹比神社・黒姫山古墳(堺市)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)。
☎生涯学習課 [☎(26)8062] ※当日は [☎080(4422)6663] (生涯学習課直通) へ。