



5月12日(金)は
民生委員・児童委員の日

民生委員・児童委員は、法律に基づき、国から委嘱を受け、生活に関する困り事の相談や支援を行っており、市内には現在321人います。
△相談してください▽
高齢者の介護、健康・医療、子育てなどに関する相談に乗っています。不登校・ひきこもりなど、児童に関する相談や支援を専門的に行う主任児童委員もいます。
△秘密は守ります▽
相談内容の個人情報やプライバシーの保護に配慮して活動を行っています。

福祉総務課(☎838・0171)
日赤活動資金募集運動

日本赤十字社は、災害救護活動・医療・献血事業・講習会などの幅広い事業を行っています。活動を展開するための財源は、皆さんからの活動資金や募金によって支えられています。
※各種感染症対策を講じて赤十字奉仕団分団長(自治会長)や地域役員が訪問します。ご協力をお願いいたします。
問 日赤寝屋川市地区(市民活動振興室内)☎825・2120)

運転協力者認定講習会

外出が困難な高齢者や障害のある人をリフト付き車両で送迎する運転ボランティアを養成します。
時内 ①6月2日(金) 午前10時～午後5時30分:関係法令の講義など
②8日(木) 午前10時～午後1時:福祉自動車の特性についての演習など(2日とも受講が必要) 所 市立保健福祉センター4階健康指導室A・Bほか 対 第1種免許を持ち、日ごろ車を運転している75歳までの人 定 20人(申込順) 料 無料(次のいずれかに該当する人は1万1500円が必要)①介護保険関係・障害者関係の事業所などに登録・勤務している②講座修了後に本会が行っている移送サービス・外出援助サービスのボランティア活動に参加できない) 申 問 電話で市社会福祉協議会(☎838・0400)

母子保健

母子保健事業

日時などは下の表のとおりです。
問 子育て支援課(☎838・0374)
乳幼児健康診査
対象者には個別に通知しています。まだ届いていない人は連絡してください。

母子保健事業

内容	日時	対象	申込
離乳食講習会	6月9日(金) 午後1時30分～3時	4か月～7か月の子どもと保護者15組	[ねやCoCoアプリ]から予約 QRコード iOS用 Android用
育児相談	月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時30分	市内在住の人	電話「ねやCoCoアプリ」で面談予約又は直接窓口

※いずれも市立保健福祉センター、申込順、参加無料です。

子どものおたふくかぜワクチン接種費用の助成

問 子育て支援課(☎838・0374) まれた人。
▽接種場所 市内の取扱医療機関
対 接種日時時点で市に住居票がある①1歳～2歳の誕生日前日の人②小学校就学前の1年間(各1回) 内 1回3500円(上限)を助成 他 助成申請書(取扱医療機関で配布)を記載のうえ接種し、接種費用から助成額を差し引いた額を医療機関で支払いしてください。HP 6071
※市内の取扱医療機関以外で接種したときは、子育て支援課に費用助成の申請をしてください。
問 子育て支援課(☎838・0374)



健康づくり

骨粗しょう症予防教室(運動編)
骨を大切にしよう

時 6月16日(金) 午前10時～11時30分 所 市立保健福祉センター5階多目的室 内 骨粗しょう症の基本と予防のための運動の話 対 30歳以上の女性 定 30人(申込順) 料 無料 他 一時保育を行います 入 6か月～就学前の子とも3人(申込順)、5月26日(金)までに予約▽、運動ができる上履き・飲み物・筆記用具を持って来てください HP 19571

自分で健康プロデュース
今が始め時、糖尿病予防講座

時 6月6日・7月4日・25日、いずれも火曜日 午前10時～11時30分(計3回) 所 市立保健福祉センター4階健康指導室(7月4日は5階多目的室) 内 糖尿病の基本や予防するための食事や運動について学びます 対 市内在住で15歳以上の人(中学生・高校生を除く) 定 24人(申し込みが多いときは抽選) 料 無料 HP 15966 他 一時保育

成人歯科健康診査

対象者には、4月末に成人歯科健康診査受診券を送付します
対 令和6年3月31日時点で30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の市民 内 問診・口腔(こうくう)内診査(むし歯・歯周病・欠損歯など)・レントゲン・歯面清掃・指導など 料 1000円

風しん抗体検査

時 5月10日・24日、いずれも水曜日 午前11時～11時40分 所 市保健所 対 次のいずれかに該当する市民①妊娠を希望する女性②妊娠を希望する女性の配偶者③妊娠している女性の配偶者(検査や風しんワクチンを受けたことがある人を除く) 料 無料 他 結果は郵送します



5月19日は「世界IBDデー」

問 保健予防課(☎812・2361)

IBD(炎症性腸疾患)とは、大腸や小腸の粘膜に慢性的な炎症又は潰瘍を引き起こす原因不明の疾患の総称です。おもにクローン病と潰瘍性大腸炎に分類され、10代～30代の若い人が発症することの多い疾患です。どちらの疾患も厚生労働省が定める「指定難病」で、難病法に基づく医療費助成の対象になる場合があります。現在、市内で指定難病の医療費助成を受けている人は約2,000人で、そのうちクローン病や潰瘍性大腸炎の患者は約360人います。

<「世界IBDデー」ってなに?>

1990年5月19日に、欧米23か国のIBDの患者会と世界消化器病学機構が世界会議を行ったことを記念し、欧州クローン病・潰瘍性大腸炎患者連合会(EFCCA)によって制定されました。

毎年5月19日には、世界各地でいろいろなイベントが開催され、全世界500万～1,000万人いると言われるクローン病・潰瘍性大腸炎の患者が繋がり励まし合い、IBDについての正しい理解を啓発しています。

<当事者の声>

炎症性腸疾患は、潰瘍の起こり方や周期、症状の現れ方など個人差があります。症状が良くなったり(寛解)、悪くなったり(再燃)を繰り返す慢性の病気ですが、内部疾患であるため、周りの人たちから病気を患っていると気付いてもらえないことがあります。若い人に多い病気でもあり、特に社会生活との両立で困ることが多くあります。「通勤・通学で急な腹痛に襲われることがあり、家を出る時間を早めている」「頻回にトイレへ行くため、さぼっているように思われるのではないかと不安」「定期受診があるが職場に言いづらい」「入退院を繰り返すので退職を促されそうで心配」「食事内容や量で症状が悪化する不安があり食事を楽しめない」など、患者はいろいろな悩みや不安を抱えながら生活しています。このように周りが気付きにくい内部疾患であるが故に抱える困りごとがあります。

<すべての人が暮らしやすい社会へ>

難病は人口に対し、一定の割合で発症するとされています。あなたの家族や友人、会社の同僚の中にも難病で療養している人や治療を続けながら生活している人がいるかもしれません。患者や家族が暮らしやすい社会になるように、難病についての理解を深めていきましょう。

市からのお知らせ

安全・安心

税・保険・年金

健康・福祉

人権

子育て・教育

アウトドア・スポーツ

文化・交流

公共機関・団体
市民情報ひろば



市からのお知らせ

安全・安心

税・保険・年金

健康・福祉

人権

子育て・教育

アウトドア・スポーツ

文化・交流

公共機関・団体
市民情報ひろば

休日診療

診療科目	内科・小児科(中学校3年生まで)・歯科	
診療日	日曜日・祝日 年末年始(12月30日～1月4日)	
診療時間(受付)	内科・小児科・歯科	午前10時から (受付は午前9時30分～11時30分) 午後1時から (受付は午後0時30分～4時30分)
	小児科	午後6時から (受付は午後5時30分～8時30分)
場所	保健福祉センター1階診療所 ☎828・3931	

※受診には、健康保険証・医療証が必要です。

北河内こども夜間救急センター

診療科目	小児科(中学校3年生まで)	
診療日時	毎日午後9時～翌日午前6時 (受付は午後8時30分～翌日午前5時30分)	
場所	枚方市禁野本町二丁目14番16号(枚方市医師会館1階) ☎840・7555	

※受診には、健康保険証・医療証が必要です。

障害者歯科診療

診療日時	毎週木曜日午後1時～5時・ 第1・3火曜日午後1時～4時 ※祝日・年末年始を除く、予約が必要。	
予約受付	毎週木曜日午前9時～正午 (祝日・年末年始を除く) ☎838・1638 FAX812・2116	
対象	市内在住の障害のある人で、地域の 歯科診療所で治療が困難な人	
場所	保健福祉センター1階診療所	

※受診には、健康保険証・医療証が必要です。

男性介護者の交流会
時 5月20日(土) 午後1時～3時
所 市立保健福祉センター4階セミ
ナー室 内 介護経験のある男性が、
相談したいことや介護のヒントなど
を気軽に話し合います 対 65歳以
上の人を介護している男性介護者
¥無料 HP 33367
申 当日直接

社センター5階多目的室 内 介護
予防についての講話と軽体操・頭の
体操 対 市内在住で65歳以上の人
定 20人(申し込みが多いときは抽
選) ¥無料 HP 8202
申 5月12日(金) までに電話で
高齢介護室(☎838・0372)

5月1日～7日は憲法週間
憲法週間は、国民主権・平和主義
と基本的人権の尊重を定めた日本国
憲法の意義を再確認する絶好の機会
です。なかでも、「基本的人権の尊
重」は、誰もが生まれながらに持っ
ている侵すことのできない永久の権
利として保障されています。
一人ひとりが人権尊重の精神を理
解し、人権問題を自分自身の問題と
して考え、日々の生活から問い直し



ていくことが大切です。これを機に
話し合ってみませんか。
問 人権・男女共同参画課(☎825・
2168)
ふらっと市民セミナー
△①たたかず甘やかさず子育てする
方法☆スター・ペアレンティング☆
居心地のよい親子関係を築くため
の具体的な方法をワークショップ方
式で学び、子どもと共に成長してい
きませんか。
時 5月16日・23日・30日・6月6日・
13日、いずれも火曜日午前10時30分
～正午(計5回)
△②自分らしくやりたいことを仕事
に☆洋裁教室をひらくまで☆

【広告】

申 前日までに電話で保健予防課
(☎829・7773)

HIV検査(血液検査)

時 5月17日(水) 午前9時30分～10
時30分 所 市保健所 ¥無料 他
匿名。梅毒(血液検査)・クラミジ
ア検査(尿検査)も併せて受けるこ
とができます。結果は1週間後本人
に説明します

ヘルスアップ会員 有料プールの利用

時 ①月・水曜日、火・金曜日、木・
日曜日の週2回コース②月・火・水・
木・金・日曜日の週1回コースのい
ずれか午前・午後の選択制 所 市
立保健福祉センター6階温水プール
対 市内在住で40歳以上の人 ¥月
①60歳以上：2500円・40歳以上
：3500円②1500円 他 事
前登録が必要。詳しくは問い合わ
せてください。
問 西高齢者福祉センター(☎83
8・1441)

子宮頸(けい)がん・乳がん検診 無料クーポン券の送付

対象者には6月以降個別に送付し
ます。
▽受診場所 市内検診取扱医療機関
又は市立保健福祉センター
対 ①子宮頸がん検診：平成14年4
月2日～15年4月1日生まれの女性

②乳がん検診：昭和57年4月2日～
58年4月1日生まれの女性 他 詳
しくはクーポン券を見てください。
クーポン券を持っていない人は再発
行します HP 15886
問 健康づくり推進課(☎812・
2002)

高齢者福祉

認知症カフェ運営 補助金説明会

市内で認知症カフェを運営する団
体に対し補助を行うため、説明会を
開催します。

時 5月30日(火) 午前10時～11時
所 市立池の里市民交流センター1
階西校区福祉委員会室 対 市内で
認知症カフェを運営し法人格を有す
る団体
問 高齢介護室(☎812・2560)

認知症サポーター養成講座

多くの市民の皆さんが参加できる
ように市内各地を巡回し、開催しま
す。
時 5月18日(木) 午後2時～3時
30分 所 市立中央図書館マルチ
ルーム 内 認知症について正しい
知識を学びます 対 市内在住・在職・
在学の人 定 20人 ¥無料 HP 4
789 他 車での来場は控えてく
ださい
申 電話で高齢介護室(☎812・
2560)

元氣アップ体操復習塾

時 5月23日～6月20日の毎週火曜
日午前10時～11時30分(計5回、受
付・健康チェックは午前9時40分か
ら) 所 市立保健福祉センター5階
多目的ホール 内 高齢者に合った
柔軟体操や筋力トレーニングを中心
に、自宅で実践できるような学びます
対 65歳以上の市民 定 20人(申し
込みが多いときは抽選) ¥無料
申 5月12日(金) までに直接窓
口又は電話で高齢介護室(☎838・
0372)

元氣アップ体操サポーター 養成講座

時 5月23日～7月11日の毎週火曜
日午後2時～4時(計8回、受付・
健康チェックは午後1時40分から)
所 市立保健福祉センター5階多目
的ホール 内 介護予防の体操「元
氣アップ体操」の実践リーダーとし
て活動してもらえるボランティアを
養成します 対 地域の公民館など
でサポーターとして活動する意思の
ある、おおむね55歳以上の市民 定
20人(申込順) ¥無料 HP 364
7
申 直接窓口又は電話で高齢介護
室(☎838・0372)

みんなで介護予防教室

時 5月26日・6月2日・9日・23日・
30日・7月14日、いずれも金曜日午
前10時～11時30分 所 市立保健福

【広告】



起業した講師の話の聞き、女性が得意なことを仕事に繋げる方法を一緒に考えてみませんか。

※ 5月28日(日)午後2時〜4時

所 ぷらっとねやがわ 対 ①5回すべて参加できる人(できない回があるときは要相談) 定 ①20人②35人、いずれも申込順 費 無料 HP 18343 他 一時保育します 6月6か月〜就学前の子ども、年齢により①6人②2人③6人(申込順)、無料、5月①12日(金)②24日(水)までに予約

申 電話又はFAXでぷらっとねやがわ(☎800・5789、FAX 800・5489)

ぷらっとねやがわベリタイム(手芸編) おしゃべりを楽しみながら、自分だけのコースターを作ろう

時 5月18日(木)午後2時〜3時30分 所 ぷらっとねやがわ 内 お気に入りの端切れを持ち寄り、チクタク縫いしながら、話しましょう 定 5人(申込順) 費 無料 HP 18343 他 12cm×12cmの布2枚

申 電話で人権・男女共同参画課

Table with 2 columns: 中学校区, 氏名. Rows include 第一 菊地伊三男, 第二 道上 雅司, etc.

手縫い用の針と糸を持って来てください 申 前日までに電話又はFAXでぷらっとねやがわ(☎800・5789、FAX 800・5489)

知っていますか 人権擁護委員制度

人権擁護委員は市が推薦し、法務大臣から委嘱を受けた人権擁護に深い理解がある人で、市内の各中学校区に1人います(左の表のとおり)。毎日の生活の中で人権侵害ではないかと感じたことがあれば、一人で悩まないで近くの人権擁護委員に相談したり、人権相談を利用したりしてください。相談無料、秘密は守ります。

人権相談

▽特設相談 時 毎週水曜日の午前9時30分〜10時20分・11時10分 所 市役所1階広聴担当相談室

▽全国一斉「人権擁護の日」特設相談 時 5月31日(水)①午前10時〜午後1時②午後1時〜4時 所 ①市役所1階広聴担当相談室②ぷらっとねやがわ

4141

ぷらっとねやがわ

子どもたちが1日楽しめるお祭りです。家族や友達と遊びに来ませんか。

時 5月27日(土)午前10時〜午後2時 所 市立エスポール 内 左の表のとおり 費 無料 申 当日直接 市立エスポール(☎828・4141)

問 子育て支援課(☎838・0374)

子ども・親子

ごんごんちは赤ちゃん訪問

4か月までの乳児がいる家庭に民生委員などが訪問し、子育てナビなど子育て情報を届けます。対象の家庭には事前にはがきが届きます。

問 子育て支援課(☎838・0374)



こどもひろば

こどもひろば

Table with 3 columns: 場所, 時間, 内容. Lists activities like オープニング・ダンス, クラウン(道化師), etc.

※各工作や図書コーナーでの販売は、なくなり次第終了。

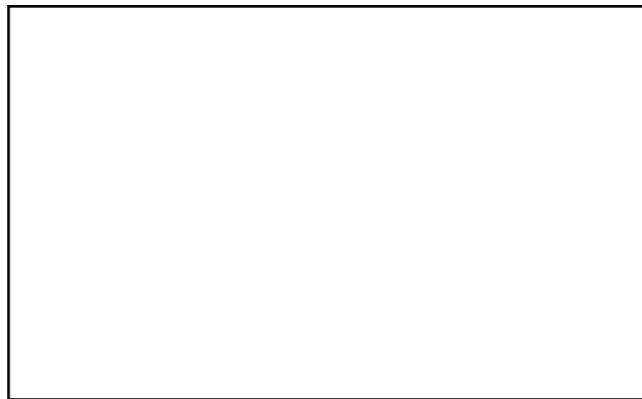
【広告】



【広告】



【広告】



育児援助・家事援助 ヘルパー派遣

時 月〜金曜日の午前9時〜午後5時30分(祝日・年末年始を除く、1日1回2時間、最大30回まで) 内 ①育児援助：おむつ交換や沐浴補助のほか、育児で日常的に行う必要があるもの②家事援助：食事の準備・住居の掃除・洗濯など日常的に行う必要があるもの 対 次のすべてに該当する家庭①出産予定日の2か月前〜生後6か月以内の乳児がいる②親族などの支援がない③保護者の出産後の健康状態が不十分④育児や家事をすることが困難 費 1時間400円(所得による減免制度あり) HP 33365

市からのお知らせ

安全・安心

税・保険・年金

健康・福祉

人権

子育て・教育

アウトドア・スポーツ

文化・交流

公共機関・団体 市民情報ひろば



市からのお知らせ

安全・安心

税・保険・年金

健康・福祉

人権

子育て・教育

アウトドア・スポーツ

文化・交流

公共機関・団体
市民情報ひろば

青少年

寝屋川スマイル塾

子どもの学力向上を図るため、土・日曜日や長期休業期間などの学校休業日に市立各小・中学校で開催しています。一人一人に合わせた学習計画で、分からないところは講師がサポートしながら学習を進めます。



まちのせんせい体験講座

スキンシップで子どもの発達を促します。対生後1か月健診後〜1歳の子どもと保護者 定10組(申込順) ¥1回500円(オイル代、当日納付) 他バスタオルが必要 HP 19520
申 5月2日(火)から(土・日曜日、祝日除く)電話で社会教育課(☎813・0076)

市民体育館

トレーニング室 利用者講習会

トレーニング室を新規に利用する人は講習を受けてください。時間に遅れると受講できません。
時 ①6月2日(金) 午後1時30分〜3時
②11日(日) 午前9時30分〜11時
③23日(金) 午後6時30分〜8時
対 16歳以上の人 定 各20人(申



問 教育指導課(☎813・0071)



時 土・日曜日、長期休業期間
○小学生：午前8時30分〜10時10分
午前10時20分〜正午
○中学生：午後1時〜2時40分・午後2時50分〜4時30分 所 各市立小・中学校 対 市内在住の小学校5年生〜中学校3年生 ¥無料 HP 4071
※①会場ごとに日程が異なります②専用フォームで随時受け付けています。
申 専用フォーム(左のQRコード)

スーパーキッズ



ひばりの さゆき 鷗野 咲幸さん

<レスリング×相撲の二刀流>

4歳からレスリングを始めた鷗野さん。本年1月、市立南小学校6年生のときに出場した第27回全国少年少女選抜レスリング選手権大会で優勝を果たし、昨年に行われた全国少年少女レスリング選手権大会優勝、全日本女子オープンレスリング選手権大会優勝と合わせ全国三冠を達成しました。

鷗野さんはレスリングだけでなく、わんぱく相撲でも大活躍。昨年に出場した第26回わんぱく相撲大阪府決勝大会では準優勝しています。

レスリング×相撲の二刀流の鷗野さんの活躍にこれからも期待しています!

スーパーキッズを募集中!

あなたの周りに「すごい」子どもはいませんか? 「けん玉がとても上手」「円周率を永遠に言える」など、なんでもOK!そんな「スーパーキッズ」を募集しています。広報ねやがわや市公式YouTube(右のQRコード)などに掲載されるかも!



※妊娠6か月から申し込みができません。
申 申請書での申し込みで子育て支援課(母子保健担当)、子育て世代包括支援センター、たんぼぼ保育所子育て支援センター
問 子育て支援課(☎838・0374)

体操ひろば

時 5月8日(月)・11日(木)、午前11時〜11時10分 所 市立エスポアール 内 幼児向けの曲に合わせて体を動かしましょう 対 乳幼児と保護者 ¥無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

ほほえみタイム

時 5月8日(月) 午前11時10分〜11時30分 所 市立エスポアール 内 手遊び・ふれあい遊び・絵本 対 乳幼児と保護者 ¥無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

こいのぼり

時 5月11日(木) 午前10時30分〜11時 所 市立エスポアール 内 パネルシアター 対 乳幼児と保護者 ¥無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

誕生会

時 毎日(5月3日・4日・26日・27日、第3日曜日の休館を除く) 午前11時30分〜正午 所 市立エスポアール 内 カード・手形・身体計測 対 5月生まれの乳幼児 ¥無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

絵本のよみかきせ

時 5月11日(木) 午前11時10分〜11時30分 所 市立エスポアール 対 乳幼児と保護者 ¥無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

子育ては親育ち

△親子リトミックV
時 5月29日(月) 午前10時〜11時 所 市立エスポアール 内 歌や楽器・リズムで音を感じてみましょう 対 市内在住の2歳〜就学前の子どもと保護者 定15組(申込順、5組未満の時は中止) ¥300円
申 5月2日〜22日までに直接又は電話で市立エスポアール(☎828・4141)

まちのせんせい体験講座

△ベビーマッサージV
時 6月9日・16日・23日・30日、いずれも金曜日 午前10時30分〜11時30分 所 市立エスポアール和室 内

はちかづキッチン 第2弾

問 保健総務課(☎829・7771)

公立保育所給食の人気メニューのレシピを大人向けにアレンジしました。ぜひ作って食べてみてください!

これまでのメニューはこちらから▶



『おいしく、適塩!』をかなえるレシピを紹介している「はちかづキッチン」。料理初心者でも比較的簡単に調理できるレシピです。きつと、わが家のお気に入りレシピに仲間入り。適塩な料理を作って、食べて、適塩生活を送りたい。

No.2 アスパラガスのかき揚げ 1人分…315kcal、食塩相当量 0.5g



材料(4人分)

アスパラガス …… 4本 玉ねぎ …… 1/4個 水 …… 100ml
ちくわ …… 3本 ホールコーン缶 …… 40g 揚げ油 …… 適量
にんじん …… 1/4本 片栗粉 …… 100g

作り方

- 1 アスパラガスは2cm長さの斜め切り、ちくわは半月切り、にんじんは千切り、玉ねぎは薄切りにする。ホールコーン缶は水けをきる。
- 2 ポウルに片栗粉と水を入れて軽く混ぜ合わせ、①を加えて軽く混ぜる。
- 3 10cm角のクッキングシート4枚に②を分けてのせる。
- 4 鍋に油を入れて中温(170〜180℃)に熱し、③をクッキングシートごと入れる。
- 5 クッキングシートが自然にはがれたら取り除き、裏返ししながら全体に揚げ色がつくまで揚げる。
クッキングシートがない場合
お玉の中で揚げる大きさにまとめ、すべらせるように油に入れる。

込順) ¥3500円(利用許可証・テキスト代)当日納付) 他 写真・上靴・本人確認書類が必要 ※詳しくは市立市民体育館ホームページを見てください。

市民体育大会 少林寺拳法部の部

時 6月11日(日) 午後1時 内①少年の部 ②黄帯以下・緑帯・茶帯・有段・団体・単独、少年団体乱捕の部 ③一般の部 ④段外・有段・中学生・団体・単独 ¥1人1種目500円(当日納付) 他 団体乱捕は3人1組、団体と単独、団体乱捕のみほかの演武と重複申し込みできません

申 所定の用紙(市立市民体育館窓口で配布)を直接又は郵送、FAXで5月30日(火) ①必着②までに市少林寺拳法連盟事務局(〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX822・6800) ③問 西尾(☎090・2704・3282)

バドミントン協会 会長杯大会

時 5月28日(日) 午前9時30分 内男女シングルの部(1部~3部)・男女ダブルスの部(1部~4部)・1部:上級・2部:中級・3部:初級・4部はペアの合計年齢が100

対 年中児・年長児 定30人(申込順) ¥3500円(施設使用料・昼食代・プログラム料・保険料を含む、年間登録するときは別に1万3000円が必要) 申 電話又はホームページで市野外活動センター(☎0743・781910)

星みつけ隊 「西の空の火星と金星、東の空の月を見てみよう」

時 6月3日(土) 午後7時~9時 内 望遠鏡の使い方の説明、火星・金星・月の観察 対 家族・グループ 定10組(申込順) ¥高校生以上1100円・中学生以下900円(プログラム費・保険料などを含む)、市外在住の人は200円増し 他 1組に1台天体望遠鏡を貸し出します 申 5月1日(月) 午前10時から電話で市野外活動センター(☎0743・781910)

ほかの場所での催し

市民体育大会陸上競技の部

時 5月27日(土) 午後1時(集合は午後0時30分) 所 枚方陸上競技場 内 ①一般男子:100m・200m・400m・800m・1500m・5000m・4x100mリレー・走り高跳び・走り幅跳び・砲丸投げ ②中学生男子:100m(1

歳以上 対 市内在住・在職・在学、在クラブの小学生以上の人 ¥一般1500円・小学生・高校生700円(当日納付) 他 昨年度までの2・3部優勝者は上の部で出場(60歳以上の人はいずれの部でも出場可) 申 所定の用紙(市バドミントン協会ホームページからダウンロード)又は大会名、種別、住所、氏名、電話番号を書いたものを直接又は郵送、FAXで5月15日(月) 午後4時 必着②までに市バドミントン協会事務局(〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX822・6800) ③問 磯部(☎090・8366・5468)

池の里市民交流センター

池の里クラブ

ハみんのヨガ 時 5月4日(祝) 午前10時~11時30分 内 心身ともにリラックスしませんか 対 小学生以上の人 ¥300円(当日納付) 他 ヨガマットが必要(100円で貸し出し、先着20人) ハラクロス教室 無料体験 時 5月6日・13日、いずれも土曜日 午後0時45分~2時45分 内 初心者からのラククロス教室、基礎を学び体力の向上を目指します 対 小学校2~中学生 定10人 他 タオ

年生・2年生・3年生の部)・200m・400m・800m・1500m・3000m・4x100mリレー・走り高跳び・走り幅跳び・砲丸投げ ③一般女子・中学生女子:100m(中学生女子は1年生・2年生・3年生の部)・200m・800m・1500m・4x100mリレー・走り高跳び・走り幅跳び・砲丸投げ ④小学生:100m・800m・走り幅跳び(参加人数が多いときは男女の種別を分けます) 対 市内在住・在職・在学の小学生以上の人 定1人1種目(リレーを除く)、リレーは1校2チームまで ¥1種目:一般700円・中学生400円・小学生200円、リレー(1チーム):一般1400円・中学生800円(当日納付) 申 大会名、参加種目、住所、氏名、電話番号を書いたものを直接又は郵送、FAXで5月8日(月) 必着②までに市陸上競技協会事務局(〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、☎824・5858、FAX822・6800) ③問 坂根(☎852・6216)

市民体育大会 軟式野球の部兼市長杯大会

時 5月21日(日) から 所 南寝屋川公園ほか 対 連盟登録チーム又は市内在住・在職・在学の人で構成する20人以内のチーム ¥社会人の部1万円・少年の部8000円・学童1部4000円・学童2部300



みんなのヨガ

ル・飲み物を持って動きやすい服装で参加 ※ 申 池の里クラブ事務局(☎839・7004)

南寝屋川公園

市民体育大会 ソフトテニスの部

時 6月4日(日) 午前9時(雨天のときは18日) 内 一般男子の部・男子45歳以上の部・女子A級・B級の部(参加組数によっては種目を変更することがあります) 対 市内在住・在職・在学・在クラブの高校生以上の人 ¥1組2000円(当日納付) 申 所定の用紙(市民体育館窓口で

00円 申 所定の用紙(支部事務局(〒572-0837早子町3番1号パンビスポーツ内)で配布)と参加費を5月13日~14日の正午~午後6時に直接、池の里市民交流センター多目的室4 ③問 渡邊(☎090・8482・702) 自然体験学習室 大人自然工作シリーズ講座 写真立てを作ろう 時 5月15日(月) 午前10時~正午 内 木の枝など自然物を使っていろいろな写真立てを作ります 対 18歳以上の人 ④子ども自然シリーズ講座 変身ボックスを作ろう 時 5月20日(土) 午前10時~正午 内 牛乳パックを使って楽しい工作 対 小・中学生 ※ 所 市立中央図書館西分室内自然体験学習室 定15人(申込順) ¥無料 HP 33369 ③申 5月2日(火) から前日まで



変身ボックス

配布)又は大会名、種別、住所、氏名、性別、電話番号を書いたものを直接又は郵送、FAXで5月18日(木) 必着②までに市ソフトテニス協会事務局(〒572-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX822・6800) ③問 濱田(☎090・8754・8451)

打上川治水緑地

自然観察会~メダカ調査~

時 6月3日(土) 午前9時30分~正午 内 メダカ・ギンブナ・コイなどの水生生物や植物などの観察と専門家による説明 対 小学校4年生以下の人は保護者同伴 定50人 ¥無料 他 長靴・網・水槽・バケツ・水筒などが必要 HP 6783 ③申 名前、子どもの学年、電話番号、年齢を書いたものをFAX又はメール(アドレスは問い合わせてください)で5月19日(金)までに環境総務課(☎824・0911、FAX821・3349)

野外活動センター

森のようちえん

ハ体験会 時 6月11日(日) 午前10時~午後3時 内 1年をとおして野外活動を行う「森のようちえん」の体験会



文化・交流

NPO講座 「ボランティアにお金は必要？」

時 5月11日(木) 午後3時30分~4時30分 所 市立市民会館4階研修室 内 有償ボランティアの報酬費について 定30人(申込順) ¥無料 ③申 5月5日(祝) までに直接又は電話で市立市民活動センター(☎812・1116)

「ミセンまつり」

ハ西南まつり 時 5月20日(土) 午前9時30分~午後4時(セレモニーは午前9時から) 所 市立西南コミュニティセンター 内 作品展・芸能音楽祭・模擬店・お茶席など ③問 市立西南コミュニティセンター(☎838・2322)

ハ東コミセンまつり

時 5月20日(土) 午前10時~午後3時30分(セレモニーは午前9時30分から) 所 市立東コミュニティセンター 内 模擬店・作品展示・舞台発表など ③問 市立東コミュニティセンター(☎820・2281)

多文化交流ひろば

△みんなでヨガ体験▽
時 5月24日(水) 午前10時～11時30分
所 市立市民会館1階小ホール
内 心と体が喜ぶヨガをみんなが体験しよう
対 市内在住・在学の外国人・日本人
定 20人(申込順)
料 無料
他 動きやすい服装、ヨガマット(ないときはバスタオル)、長めのスポーツタオル・飲み物が必要
申 5月9日(火) から直接又は電話でNPO法人「寝屋川市国際交流協会」(☎811・593511)
月曜日、祝日を除く

ナターシャ・グジーチャリティコンサートへ来場・募金の協力ありがとうございました

2月20日にアルカスホールで行われたウクライナ出身の歌手でバンドウーラの演奏家ナターシャ・グジーさんのコンサート収益と当日集まった募金合わせて11万3559円をウクライナ人道危機救援会として日本赤十字社へ寄附しました。
問 市文化連盟事務局(文化スポーツ室内 ☎813・0074)

公演

アルカスウェルカム・ミニコンサート

時 5月25日(木) 午後2時
所 ア

ルカスホール1階フリースペース
内 アコースティックギターとカホンで懐メロから流行曲まで演奏。ポインもあります
料 無料
申 当日直接
※詳しくは「アルカスホール」ホームページ又はチラシを見てください。
問 アルカスホール(☎821・1240)

ねやがわ寄席 in エスポ

時 6月24日(土) 午後2時(開場は午後1時30分)
所 市立エスポール
内 出演 桂吉弥さん・桂紅雀さん・桂團治郎さん・桂弥つこさん
定 200人(申込順)
料 ¥2000円(当日券はありません)
申 5月6日～6月23日までに直接又は電話で市立エスポール(☎828・4141)



桂吉弥さん

アルカスチャレンジコンサート 出演者募集

時 8月19日(土) 正午
所 アルカス

ホールメインホール
内 ピアノのリレーコンサート
定 40枠程度(申し込みが多いときは抽選)
料 ¥1人3000円(1枠10分)
※詳しくは「アルカスホール」ホームページ又はチラシを見てください。
申 所定の用紙を5月10日～6月18日の午後5時に直接又はFAXでアルカスホール(☎821・1240、FAX 821・1241)

生涯学習

パソコン教室

△①ワード基礎▽
時 6月8日～29日の毎週木曜日午後1時～5時(計4回)
内 文字入力やイラスト・表の活用など
料 ¥1万2000円(教材費2200円が別に必要)
△②エクセル実務活用▽
時 6月8日～29日の毎週木曜日午後6時～8時(計4回)
内 業務効率上がるエクセルの便利な機能や時短機能など
料 ¥6000円(教材費1000円が別に必要)
△③パワーポイント基礎▽
時 6月5日～26日の毎週月曜日午後1時～5時(計4回)
内 表やグラフなどを取り入れた表現力のあるプレゼンテーション資料の作成を基礎から学びます
料 ¥1万2000円(教材費2200円が別に必要)
△④スマートフォン画像動画活用

法

時 6月5日～26日の毎週月曜日午後6時～8時(計4回)
内 写真・動画・撮影データ活用法など
料 ¥6000円(教材費990円が別に必要)

※

所 市立エスポール
対 市内在住・在職・在学の15歳以上の人(申込順、4人未満のときは中止)
定 8人
申 5月2日～29日までに直接又は電話で市立エスポール(☎828・4141)

文化講座

△①やさしいパンづくり▽

時 5月24日(水) 午前10時～午後1時
内 マスタードウィンナーパン作り

△②かんたんおやつ▽

時 5月29日(月) 午前10時～午後1時
内 米粉のアーモンドタルト作り

△③基本のお菓子づくり▽

時 6月4日(日) 午後1時30分～4時
内 タルトフラン作り

※

所 市立エスポール
対 市内在住・在職・在学の15歳以上の人
定 ①16人②③12人(申込順、5人未満のときは中止)
料 ①1500円②③2000円
申 ①5月2日～20日②5月5日～20日③5月7日～20日に直接又は電話で市立エスポール(☎828・4141)

アルカスde学び舎

△繊細なタッチで描く色鉛筆ぬりえレッスン▽
塗り方のコツを教わりながら塗り絵を楽しみませんか。
時 ①5月16日②30日③6月13日
いずれも火曜日午後1時30分～3時
所 アルカスホール会議室2
内 ①チューリップ②クロワッサン③桃
料 3回コース2700円、1回コース1000円(教材費を含む)
定 20人(申込順)
他 色鉛筆(24色以上推奨)、消しゴム、鉛筆削りを持って来てください
※詳しくは「アルカスホール」ホームページ又はチラシを見てください。
申 5月10日(水) 午前9時から直接又は電話でアルカスホール(☎821・1240)

時 5月25日(木) 午前10時～正午



作品例

チャレンジひろば

時 5月25日(木) 午前10時～正午

ホールメインホール
内 ピアノのリレーコンサート
定 40枠程度(申し込みが多いときは抽選)
料 ¥1人3000円(1枠10分)
※詳しくは「アルカスホール」ホームページ又はチラシを見てください。
申 所定の用紙を5月10日～6月18日の午後5時に直接又はFAXでアルカスホール(☎821・1240、FAX 821・1241)

所 市立学び館
内 耐熱ポリ袋でサラダパン作り
対 20歳以上の人
定 10人
料 ¥500円
他 エプロン・三角巾・ハンドタオルが必要
申 5月11日～15日に直接又は電話で市立学び館(☎822・3311)



サラダパン

音楽バンドフェスタ

時 5月28日(日) 午前10時～午後1時
所 市立学び館
内 各サークルの演奏と交流
対 市内在住の人
定 50人
料 無料
申 当日直接
問 市立学び館(☎822・3311)

展示

市指定文化財の特別公開

普段は非公開の市指定文化財を期間限定で公開します。
△菅原神社本殿(市指定有形文化財建造物・江戸時代)▽
覆屋となっている社殿の内部に保

【広告】



菅原神社本殿

存されている木造一間社流造の建物で、建築様式や細部の装飾などの特徴から江戸時代前期に建てられたと考えられる市内最古の神社建築です。
時 5月12日～15日の午前10時～午後4時
所 菅原神社(池田中町31番13号)
※車での来場は控えてください。
問 文化スポーツ室(☎813・0074)

手づくり市

時 5月27日(土) 午前10時15分～午後2時
所 市立エスポール
内 エスポールで活動している団体などの作品を販売
申 当日直接
問 市立エスポール(☎828・4141)

市民ギャラリーでの催し

△寝屋川絵画サークル作品展▽
時 5月5日～10日の午前10時～午後6時(10日は午後4時まで)
△文化展
△しきなみ短歌会と秋津書道会▽

市からのお知らせ

安全・安心

税・保険・年金

健康・福祉

人権

子育て・教育

アウトドア・スポーツ

文化・交流

公共機関・団体 市民情報ひろば

市からのお知らせ

安全・安心

税・保険・年金

健康・福祉

人権

子育て・教育

アウトドア・スポーツ

文化・交流

公共機関・団体
市民情報ひろば

おきがる号 移動図書館

5月の 9日(火)	河北東(河北東町11番)午後2時20分~2時50分、河北(近畿車輻寝屋川寮玄関前)3時10分~4時(駐車場所を変更しました)
10日(水)	木屋(木屋小学校)午後1時15分~2時10分、三井A団地(A17棟前)2時30分~3時、寝屋川団地(総合教育研修センター内)3時20分~4時
11日(木)	ピバモール(ピバモール内駐車場)午後1時10分~3時10分
12日(金)	打上東(府営打上住宅4棟集会所前)午後2時50分~3時40分
16日(火)	黒原橋町(和光小学校)午後2時~2時30分、中神田(神田コーポラス前)2時40分~3時10分、萱島信和町(リバーサイドコーポ3棟横)3時20分~4時
17日(水)	河北住宅(府営河北住宅9棟集会所前)午後1時50分~2時25分、堀溝南(堀溝小学校前)3時30分~4時
18日(木)	音羽町(キリン堂駐車場)午後2時~2時30分、香里北・西(香里浄水場)2時50分~3時10分、石津(石津中町公民館)3時30分~4時
19日(金)	幸町(A棟玄関前)午後1時50分~2時20分、フドウ香里(集会棟前)2時40分~3時10分、秦住宅(府営秦住宅7棟横)3時30分~4時
23日(火)	美井町(府営香里住宅2棟横駐車場)午後2時~2時30分、菅相塚町(菅相塚町8番1号横)2時40分~3時10分、成田北・東(四方黒池)3時30分~4時
24日(水)	楠根南町(楠根小学校)午後1時50分~2時20分、明和(学び館前)2時30分~3時、打上西(西1番館仲よし広場)3時20分~4時
25日(木)	点野(点野小学校)午後2時10分~2時40分、仁和寺(松下住宅17番14号前)2時50分~3時20分、仁和寺住宅(府営仁和寺住宅17棟横)3時30分~4時
26日(金)	成田東町(府営成田東住宅集会所前)午後1時50分~2時20分、寝屋住宅(府営寝屋住宅集会所前)2時40分~3時10分、寝屋川コーポラス(正面玄関前)3時20分~4時

分(計3回) ①絵本の読み聞かせやわらべ唄など ②3回連続参加可能な赤ちゃんと保護者 ③12組(申込順) ④無料 HP3844
 ⑤5月2日(火) 午前10時から直接窓口又は電話で市立中央図書館(☎800・3711)へ申し込み・ピックアップを行う
 ⑥5月2日~15日 本の展示と貸し出し ⑦対児童 HP3844
 ⑧5月17日~29日 本の展示と貸し出し ⑨対児童 HP3844
 ⑩市立寝屋川市駅前図書館(☎800・3711)

11・5544
図書配送サービス
 図書館の予約本を郵便局、シテイ・ステーションで受け取ることができます HP5759
市立中央図書館 (☎800・3711)
ねやがわ電子図書館
 市内在住・在職・在学中で図書館利用カードを持っている人はインターネットを利用して電子書籍を借りて読むことができます HP6046

広告掲載についての問い合わせ先

株式会社(株)ジチタイアド(☎092-716-1401)
 株式会社(株)成社(☎06-6222-7999)
 株式会社(株)ウイット(☎072-668-3275)
 大光宣伝株式会社(☎01200540888)

市立中央図書館 (☎800・3711)



<https://www.d-lib.rary.jp/neyagawa/>

図書館定例行事 ※日程の変更など、最新の情報は図書館ホームページをご覧ください。いずれも先着順。

内容	対象	時間	場所		
			西北コミュニティセンター	東図書館	駅前図書館
絵本タイム	乳幼児8組	午前10時30分~11時30分		毎週水曜日	毎週金曜日
	乳幼児10組 幼児・小学生8人		毎週火曜日		
絵本で子育てにこにこ赤ちゃん	乳児と保護者8組		毎週土曜日		
絵本の部屋	幼児・小学生8人	午後3時~4時	第1・3・5土曜日		
かみしばいタイム	幼児・小学生9人	午後3時~3時30分	第1・3日曜日		
紙芝居		午後3時30分~4時		第3水曜日	
おはなし会	幼児・小学生8人	午後3時	第2・4土曜日	第3土曜日	
本読みキャラバン		午後3時~3時30分		第4土曜日	
ミニミニおはなし会	幼児・小学生10人	午前11時		毎週土曜日	

中央図書館での催し

△読書会▽
 ①6月4日(日) 午後2時 ②内「奏鳴曲」海堂尊著、事前に読んできた本の感想を話し合います ③無料 HP3843
 △図書館学び講座歴史編「安倍晴明とその末裔」古代・中世の陰陽道▽
 ④6月24日(土) 午後2時~3時50分 ⑤内「陰陽道研究の第一人者である摂南大学赤澤春彦教授による分かりやすく楽しい陰陽道講座」 ⑥20人(申込順) ⑦無料 HP3843
 ⑧5月2日(火) 午前10時から直接窓口又は電話、ホームページ(下)

東図書館での催し

△美容とアンチエイジング▽
 ①5月2日~31日 ②本の展示と貸し出し HP3843
 △おはなし会(ストーリーテリング)▽
 ③5月6日(土) 午後3時(受け付けは午後2時50分から) ④対4歳~小学生 ⑤定20人(先着順) ⑥無料 ⑦他保護者は入れません HP3844
 ⑧当日直接
市立中央図書館 (☎800・3711)



のQRコード)で市立中央図書館

【広告】

