



日午前9時30分～10時30分 **所**市保健所 **料**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 **申**当日直接 **問**保健予防課(☎829・7773)

風しん抗体検査

時 6月12日・26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妊婦の配偶者④妊娠を希望する女性の同居者⑤妊婦の同居者(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 **申** 問前日までに電話で保健予防課(☎829・7773)

「特定健康診査」が始まります！

「朝食を食べない」「つい食べ過ぎてしまう」「運動する習慣がない」「お酒を飲みすぎてしまう」「喫煙がやめられない」といった習慣はありま

せんか？このような生活習慣が続くと血管が傷み、重症化すると心筋梗塞や脳卒中などの重大な病気につながる可能性があります。

特定健康診査はそんな重大な病気を早期発見するために、年に一度、無料で受けることができる健診です。また、健診結果から生活習慣病のリスクが高い人に対し、保健師や管理栄養士などが一緒に生活習慣を見直すサポートをします。

まずは自分の身体の変化に「気づく」ことから始めてみませんか。治療中の人も対象となります。かかりつけの医療機関に相談してください。

時 6月1日、令和7年3月31日 **所** 取扱医療機関(セット検診の場合は、市立保健福祉センター) **対** 市の国民健康保険に加入の40歳から74歳(75歳の前日まで)の人 **料** 無料 **HP** 15893

申 事前に医療機関へ連絡の上、保険証と受診券を持って受診 **問** 健康づくり推進課(☎812・2374)

知って得する!!血管の話

時 7月19日(金)①午前10時～11時②午後1時30分～2時30分 **所** 市立保健福祉センター4階健康指導室 **内** 自分の血液検査の結果を用いて、血管の変化について知るための教室です **対** 健診を受けた15歳以上の市民(中高生を除く) **定** 各30人(申込順) **料** 無料 **HP** 22133 **申** 問 7月12日(金)までに直接窓

口又は電話、電子申請システムで健康づくり推進課(☎812・2374)

休日乳がん検診(マンモグラフィ検査)

時 ①8月4日②11月24日、いずれも日曜日の午前9時10分～11時・午後1時10分～3時30分 **所** 市立保健福祉センター **対** 前年度に市の乳がん検診(マンモグラフィ検査)を受診していない40歳以上の女性(令和7年3月31日時点) **定** 各90人(申込順、申し込みが多いときは申込期間中でも受付を終了します) **料** 700円 **HP** 17231

※生活保護世帯の人は費用を免除します(受診前に申請が必要)。

申 (1)市ホームページ:①②の3週間前の午前0時まで(2)直接窓口:平日午前9時～午後5時30分に健康づくり推進課(3)郵送:「休日乳がん検診」希望日・住所氏名(ふりがな)、生年月日、年齢、電話番号を書いて①6月3日～7月22日②6月3日～11月11日消印有効までに健康づくり推進課(〒571-8533池田西町28番22号) **問** 健康づくり推進課(☎812・2002)

地域交流講座 日常生活でむりなくできる「ながら筋トレ体操」

時 7月18日(木)午後1時30分～3時 **所** 市立中央高齢者福祉セン

【広告】



ター **内** ストレッチや筋トレ・脳トレなど。筋肉は何歳からでもつけられます。無理のない筋肉トレーニング **対** 40歳以上の市民 **定** 50人(申込順) **料** 無料 **他** フェイスタオル・上靴・飲み物が必要 **申** 問 直接窓口又は、往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を書いて、6月28日(金)に必着までに市立中央高齢者福祉センター(〒571-0004成田町3番6号)☎832・0050) **※** 電話での申し込みは受け付けていません。

健康増進教室

時 各教室いずれも7月～9月の計

10回①しっかり足腰教室(月曜日午後1時～2時)②チェアー体操教室(火曜日午後1時～2時)③健康体操教室(水曜日午後1時～2時)④ヨガ・セラピー教室(土曜日正午～午後1時) **所** 市立西高齢者福祉センター **対** 40歳以上の人 **定** 30人(申し込みが多いときは抽選)

※詳しい内容、日程は問い合わせください。 **申** 問 6月1日から直接窓口、市立西高齢者福祉センター(☎838・1441)

高齢者福祉

男性介護者の交流会

時 6月8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 **料** 無料 **HP** 3367

申 問 6月3日(月)までに電話又はFAXで総合福祉コーディネーターセンター「晴れ晴れ」・戸田(☎090・3826・1192、FAX072・381・6895) **※** FAXのときは氏名と連絡先を記入してください。

在宅支援員養成研修

介護福祉士などの資格がなくても、2日間の研修を受けることで、

在宅支援員として訪問型サービス(基連緩和)に従事できます。 **時** ①7月5日(金)②19日(金)午前10時～午後5時(計2回) **所** 市立保健福祉センター4階健康指導室②市立保健福祉センター4階セミナー室 **対** 在宅支援員として働く意思のある人 **定** 15人(申込順) **料** 無料 **他** 詳しくは市ホームページを見てください **HP** 7043 **申** 問 6月28日(金)までに申請書(市ホームページからダウンロード)を直接窓口又は郵送、電話で高齢介護室(☎838・0372)

介護予防ポイント事業 サポーター登録研修会

時 7月8日(月)午前10時～正午 **所** 市立保健福祉センター4階セミナー室 **内** サポーター活動の心得



健康づくりを始めませんか？

問 健康づくり推進課(☎812・2374)

自分や家族の健康について、考えてみましょう。体重が増えた、減ったなど、目に見える変化以外にも、身体の中で血圧が高くなったり、血糖値が高くなったりと少しずつ変化が始まっているかもしれません。「少し体重が増えただけ、減っただけ」と、そのままにいませんか。生活習慣病は、知らないうちにそっとやってきます。身体の変化に「気づく」ためには、健(検)診を受けて身体の中の変化を知ることが大事です。身体の変化に気づき、生活習慣を見直して健康づくりを始めませんか。

健康づくり推進課では、各種健(検)診を実施し、いろいろな健康教室も開催しています。詳細は、市広報誌や、市ホームページを随時更新していますので、ぜひご覧ください。



や施設の種類の説明など、活動に役立つ講義 **対** 65歳以上で福祉施設で簡単な手伝いができる人 **他** 活動ポイントをとめると交付金が受けられます **申** 問 7月1日(月)までに電話で市社会福祉協議会(☎838・0400)

認知症サポーター養成講座

多くの人が参加できるように市内各地で開催しています。 **時** 6月10日(月)午後2時～3時30分 **所** 市立南コミュニティセンター多目的室 **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** 25人(申込順) **料** 無料 **他** 車での来場は控えてください **HP** 4789

申 問 高齢介護室(☎812・2560)

からだ元気実践講座

時 7月5日(金)午後2時～3時30分(受付・健康チェックは午後1時40分) **所** 市立保健福祉センター5階多目的ホール **内** 医師による骨粗しょう症についての講話と元気アップ体操の体験 **対** 65歳以上の市民 **定** 25人(申し込みが多いときは抽選) **料** 無料 **申** 問 6月21日(金)までに直接窓口又は電話で高齢介護室(☎838・0372)

今日から始めよう 認知症予防講座

時 6月25日(火)午後2時～3時30分 **所** 市立保健福祉センター5

階研修室5 内 認知症の専門医師による認知症や認知症予防に関する講話 対 65歳以上の市民 定 30人 (申し込みが多いときは抽選) 無料 HP 7659

認知症介護家族交流会

時 6月21日(金) 午後1時30分～3時30分 所 市立保健福祉センター5階会議室1・2 内 認知症の人を介護する家族の情報交換など 無料 申 当日直接 問 市立エスポアル(☎828・4141)



6月23日～29日は男女共同参画週間

男女共同参画社会とは、男女が互いに人権を尊重し、個性と能力を十分に発揮できる豊かな社会のことです。 私たちのまわりの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか。 へねやがわ男女共同参画プラン 多分野への女性の参画促進や、ワーク・ライフ・バランスの実現、女性に対する暴力の根絶などのため、令和3年度～12年度を計画期間

とする「第5期ねやがわ男女共同参画プラン」を策定し、いろいろな施策を推進しています。 へふらっとねやがわ 男女共同参画社会を実現するための推進拠点施設として、講座などの開催や自主的活動の促進、図書・ビデオなどの貸し出し、女性や男性の生き方などについての相談事業を行っていますので、利用してください。

HP 18343 問 人権・男女共同参画課(☎825・2168) 男女共同参画週間企画

男女共同参画週間企画

ハートクショー

時 6月23日(日) 午後1時30分～3時30分 所 ふらっとねやがわ 内 テーマ「女性が表現すること、多様な表現と女性のアートについて」 ジェンダー平等演劇の制作・企画の2人のトークから性差に捉われず、自己表現をためらわないことの大切さを考えましょう 定 35人 (申込順) 無料 他 一時保育を行います へ6か月、就学前の子ども2人、6人(申込順)、無料、6月19日(水)までに予約が必要 へ参加型展示

時 ①6月1日～30日 ②6月21日～7月1日 所 ①ふらっとねやがわ ②市役所1階ピロティ 内 テーマ「男女共同参画はすべての人にかかわります」 『仕方がない』で諦めな

と諦めたことや理不尽に思ったことを書いて堪忍(かんにん)袋に入れ、諦めずにすむ方法を一緒に考える展示 HP 18343 ※

男女共同参画を推進するためのワンフリーズ募集

男女共同参画を推進し、その趣旨を広く理解してもらうためのワンフリーズを募集します。受賞作品は「広報ねやがわ」やホームページなどで公表し、チラシ・情報誌などに活用します。入賞者には記念品があります。

▽テーマ 市の男女共同参画推進をイメージした、分かりやすく親しみやすいもの(1作品30文字程度で自作かつ未発表のもの。応募は1人3点まで)

対 府内在住又は市内在职・在学又は、ふらっとねやがわを利用して

いる人 他 前年度の受賞者は入賞の対象外です HP 18343 申 応募用紙(ふらっとねやがわなどで配布)又は、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、メールアドレスを書いたものを8月15日(木) へ消印有効 へまでにふらっとねやがわ(〒572-0024 東大町2番14号、☎800・5789、FAX 800・5489)

71)

子ども・親子

体操ひろば

時 6月3日(月)・7日(金) いずれも午前11時～11時10分 所 市立エスポアル 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 市立エスポアル(☎828・4141)

ほほえみタイム

時 6月3日(月) 午前11時10分～11時30分 所 市立エスポアル 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 市立エスポアル(☎828・4141)

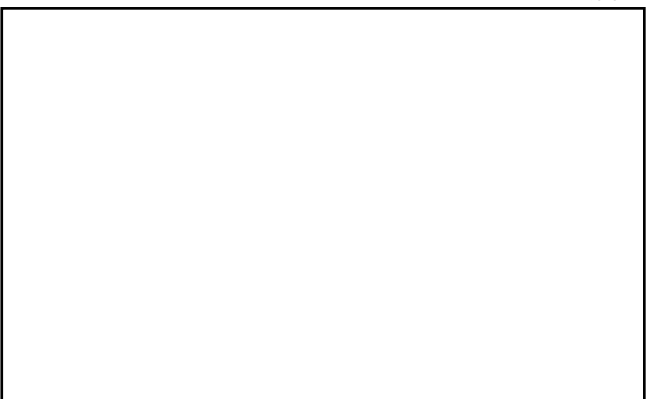
こころのひろば

へパネルシアター 時 6月7日(金) 午前10時30分～11時 所 市立エスポアル 対 乳幼児と保護者 無料 申 当日直接 問 市立エスポアル(☎828・4141)

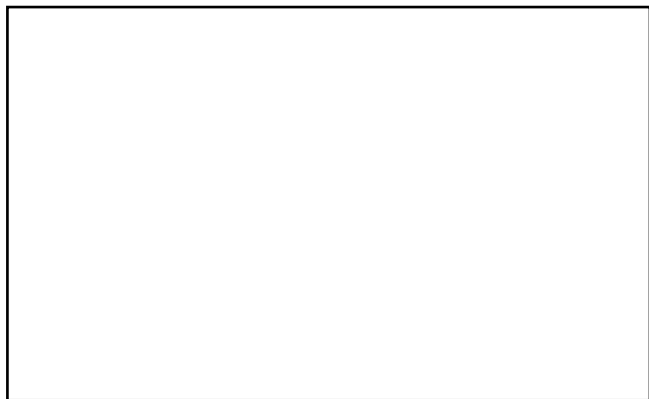
絵本のよみかせ

時 6月7日(金) 午前11時10分～11時30分 所 市立エスポアル 対

【広告】



【広告】



乳幼児と保護者 無料 申 当日直接 問 市立エスポアル(☎828・4141)

誕生会

時 毎日(第3日曜日、休館日を除く) 午前11時30分～正午 所 市立エスポアル 内 カード・手形・身体計測 対 6月生まれの乳幼児 無料 申 当日直接 問 市立エスポアル(☎828・4141)

子育て応援

へ子どもとの関わり方 時 6月20日(木) 午前10時～11時 所 市立エスポアル 内 子育てについての話と歯磨き指導など 市内在住の子育て中の保護者15人(申込順、子ども同伴可) 定 無料 申 6月1日～20日に電話で市立エスポアル(☎828・4141)

子育て出張講座

望が丘ランチで、①リラット・おやこほっとステーション・たんぽぽ保育所子育て支援センターによる子育て講座、②⑤リラット出張講座を行います。 へ①ふれあい遊びや製作など 時 6月4日～25日の毎週火曜日 午前10時30分～11時30分 対 就学前の子どもと保護者



あそびのひろば

時 6月8日(土) 午後2時～3時 所 市立エスポアル 内 わりばし工作(シュート球飛ばし) 対 幼児と保護者・小学生(先着順、材料がなくなり次第終了) 無料 申 当日直接 問 市立エスポアル(☎828・4141)

元気っ子ランド

時 6月22日(土) 午後3時30分～4

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

②スワップブックングV
時 6月7日(金) 午前10時30分～11時30分 対 0歳～3歳の子どもと保護者
ハ③リズムあそびV
時 6月14日(金) 午前10時30分～11時30分 対 1歳～2歳の子どもと保護者
ハ④気になるおバイバイ！
ハ⑤のシューズキーパー作りV
時 6月21日(金) 午前10時30分～11時30分 対 0歳～3歳の子どもと保護者
ハ⑤ベビーマッサージV
時 6月28日(金) 午前10時30分～11時30分 対 0歳～2歳の子どもと保護者
※ 定 ②④⑤各5組③各6組(いずれも申込順) 料 ①③⑤無料②④⑤0円 他 望が丘ランチを初めて利用するときは利用者登録が必要です(本人確認書類を持って来てください)
申 問 ①当日直接②～⑤前日までに電話で子育てリフレッシュ館(☎800・3862)

青少年
夏休みわくわく学びクラブ
時 8月1日～9日(8月3日・4日を除く) 午前9時～午後5時(計7回) 所 市立学び館 対 小学生 定 20人(申し込みが多いときは抽選)

3時③21日(日) 午前9時30分～11時 対 16歳以上の人 定 20人(申込順) 料 350円(利用許可証・テキスト代Ⅱ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。
申 問 講習日の前日までに直接又は電話で市立市民体育館(☎824・5858)

バウンドテニス無料体験教室
時 7月17日・24日・8月7日・21日 日 水曜日、正午～午後3時 対 小学校4年生以上の人(親子の参加可) 定 20人 料 無料 他 動きやすい服装・上靴・タオル・飲み物を持って来てください
申 当日直接
問 市バウンドテニス協会・松本(☎090・8166・8302)

インディアカはちかづき杯大会
時 7月7日(日) 午前9時30分 内 ①一般混合の部②女子の部③シニア混合の部(①③はコート内に男子が1人～4人③は50歳以上) 対 協会登録者1チーム4人～8人で構成するチーム(中学生以下を除く) 料 1チーム3000円(当日納付) 他 組み合わせは協会で抽選します
※申し込み時に登録可能です。
申 所定用の紙(市民体育館窓口で配布)を直接又は郵送、FAXで6月10日(月)Ⅱ必着Ⅲまでに市イン

7000円(別に保険料800円が必要) 他 抽選結果は返信はがきでお知らせします
申 問 往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、学校名、学年、生年月日を書いて6月10日(月)Ⅱ必着Ⅲまでに市立学び館(〒571-0863明和一丁目13番23号(☎822・3311))
子ども専用フリーダイヤル 電話相談
友人関係・いじめ・進路や学習などの悩みを聞く、子ども専用の電話相談です。市立小学校3年生～中学生に案内カードを配っています。
▽相談時間・相談先
○市教育支援センター(☎0120・55・7830Ⅱ平日午前9時～午後5時)
○危機管理部監察課(☎0120・7830・66Ⅱ平日～金曜日の午前9時～午後5時30分)
○子ども家庭センター(☎0120・7285・25Ⅱ24時間365日対応)
問 市総合教育研修センター(教育支援センター☎822・7270)

学生相談員を家庭に派遣
不登校の子どもの心の友に
学校に行きたいのに登校できず、家族以外の人との関わりが少ない子どもがいる家庭に、学生相談員を派遣しています。在籍している学校を通して、相談してください。
産後太り解消教室
時 7月3日～9月11日(8月14日を除く計10回)、毎週水曜日午後1時30分～2時30分 内 骨盤ケア 対 産後1か月半～1年の人 定 20人(申込順) 料 1万円(保険代含む) 他 1歳未満の乳児の同伴可、動きやすい服装とバスタオルが必要
申 問 電話で市立市民体育館(☎824・5858)

池の里市民交流センター
ハ①わいわいバドミントン教室V
時 6月6日・13日、いずれも木曜日午後4時30分～6時 対 小学生以上の人
ハ②ラクロス教室V
時 6月8日・15日、いずれも土曜日午後0時45分～2時45分 対 小学校2年生～中学生
※ 定 各5人 料 無料 他 ①ラケット②クロスの貸し出しあり、動きやすい服装、上靴・タオル・飲み物が必要
申 問 池の里クラブ事務局(☎839・7004)

ディアカ協会事務局(〒571-0823下木田町16番16号市立市民体育館内、FAX822・6800)
問 貞兼(☎090・3927・2197)



ラクロス教室

わいわいバドミントン教室

親子キャンプ
ハ夏が来た！
みんなで夏を楽しもう！
時 7月20日(土) 午前10時～午後3時 内 流しそうめん・竹の水鉄砲作り 対 家族・グループ 定 10組(申込順) 料 高校生以上3500円・中学生以下3000円・3歳未満無料(プログラム費・保険料などを含む)

野外活動センター

夏季グラウンド・ゴルフ大会
時 7月9日(火) 午前9時Ⅱ雨天のときは16日(火) 内 3ゲームトータルの個人戦 対 協会登録者又は市内在住・在職・在学の初めて参加する人(2回目以降は協会登録が必要) 料 1人300円
申 問 所定用の紙(市グラウンド・ゴルフ協会事務局で配布)と参加費を6月20日(木) 午後5時までに直

市外在住者は200円増し)
申 問 6月10日(月) 午前10時から電話で市野外活動センター(☎0743・78・1910)

打上川治水緑地

【広告】

市立小・中学校の児童・生徒 7016
問 市総合教育研修センター(教育支援センター☎822・7270)
小・中学校教科書(見本)展示会
小学校現行教科書及び中学校採択用教科書(見本)を展示します。
時 ①6月20日～7月9日の午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)②7月10日～23日の午前9時30分～午後6時30分(土・日曜日、祝日は午後5時まで、毎月第2月曜日休館) 所 ①市総合教育研修センター②市立東図書館 HP 14271
問 市総合教育研修センター(☎822・2126)

市スポーツリーダーズバンク
市スポーツリーダーズバンクでは、スポーツの指導者を探している市民グループと、スポーツ指導をしたい人の橋渡しをしています(下の図のとおり)。スポーツの指導者が必要なときは、文化スポーツ室へ派遣依頼書(市ホームページからダウンロード)を提出してください。
スポーツ指導者として活動したい人は、スポーツリーダーズバンクへの登録が必要です。市が行う「スポー

市立小・中学校の児童・生徒 7016
問 市総合教育研修センター(教育支援センター☎822・7270)
小・中学校教科書(見本)展示会
小学校現行教科書及び中学校採択用教科書(見本)を展示します。
時 ①6月20日～7月9日の午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)②7月10日～23日の午前9時30分～午後6時30分(土・日曜日、祝日は午後5時まで、毎月第2月曜日休館) 所 ①市総合教育研修センター②市立東図書館 HP 14271
問 市総合教育研修センター(☎822・2126)

市スポーツリーダーズバンク
市スポーツリーダーズバンクでは、スポーツの指導者を探している市民グループと、スポーツ指導をしたい人の橋渡しをしています(下の図のとおり)。スポーツの指導者が必要なときは、文化スポーツ室へ派遣依頼書(市ホームページからダウンロード)を提出してください。
スポーツ指導者として活動したい人は、スポーツリーダーズバンクへの登録が必要です。市が行う「スポー

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はできません。
時 ①7月5日(金) 午後6時30分～8時②12日(金) 午後1時30分～

市民体育館
スポーツリーダーズバンク利用の流れ
依頼者(サークル・地域・学校・社会教育団体など)
①指導者紹介申請
文化スポーツ室
②指導対象者と調整
登録指導者
③回答
④指導者通知
⑤打ち合わせ
⑥指導
⑦謝礼

ツインストラクター養成講習会」を受講して認定を受けてください。
HP 1858
問 文化スポーツ室(☎813・0074)

接、「市グラウンド・ゴルフ協会事務局」・仲内(大利町22番27号 ☎826・1684)

寝屋川公園

寝屋川七夕杯テニス大会

時 7月14日(日) 午前9時～雨天中止
内 男子複：①中級・上級②初級・混合複：③80歳以上級④初級・中級
対 協会登録者(申込時登録可)1人500円・高校生以下は登録不要
定 男子複：①②12組、混合複：③8組④21組(申込順) ¥1組4000円(当日納付、棄権のときも参加費納付、2人まで参加費500円補助)
申 所定の用紙(「市テニス協会ホームページ」からダウンロードできます)又は大会名・種目・チーム名・住所・氏名・年齢・電話番号を書いたものを直接窓口又はFAX、メール(アドレスは問い合わせてください)で6月26日(水) 必着 までに市テニス協会事務局(市立市民体育館内、FAX 822・6800)
問 小林 ☎090・9287・7466

ほかの場所での催し

スポーツインストラクター養成講習会

受講して認定を受けると「スポーツリーダーズバンク」に登録され、スポー

月12日(水) 必着 までに市民活動振興室(〒571-8555本町1番1号)



問 市・すさみ町都市提携連絡協議会事務局(市市民活動振興室内 ☎825・2120)

自然観察会 ～水辺の生き物調査～

時 7月7日(日) 午前9時30分～正午
所 幸町公園 内 親水空間に生息する生き物調査 定 70人(小学校4年生以下の人は保護者同伴)
¥ 無料 他 長靴・網・水槽・バケツ・水筒などを持って来てください
HP 16637

申 問 電話又はFAX、メール(アドレスは問い合わせください)に参加者全員の氏名・子どもの年齢・電話番号を書いて6月13日(木)までに環境総務課(☎824・0911、FAX 821・3349)

文化・交流

市民活動講座

ハ盆踊り講習及び浴衣の着付け講習

時 7月6日(土) 午前10時～11時30分



スポーツインストラクター養成講習会

ツ指導者として活動することができます。
時 所下の表のとおり 対 市内在住、在職、在学のスポート指導に興味がある20歳以上の人 定 20人(申込順) ¥ 無料 他 今回受講できなかった講習は、次回に受講すれば認定されます HP 6354

申 問 6月20日(木)までに電話又は市ホームページで文化スポーツ室(☎813・0074)

友好都市・和歌山県すさみ町 夏休み体験プログラム

時 往路：7月20日(土) 午前9時市役所出発(正午すさみ町到着予定)・復路：21日(日) 午後1時すさみ町出発(午後5時30分市役所到着予定) 所 サンセットすさみ又はホテルベルヴェデーレ(20日の昼食・夕食と21日の朝食・昼食がきます) 内 20日：海水浴・シーカヤック、21

分 所 市立市民会館4階第12会議室 内 自分で着付けた浴衣で盆踊りを楽しみましょう 対 市民 定 20人(申込順) ¥ 無料 他 浴衣がある人は持って来てください。ない人はこちらで準備します
申 問 6月30日(日)までに直接窓口又は電話で市立市民活動センター(☎812・1116)

市民活動交流会

時 6月13日(木) 午後1時30分～3時
所 市立市民活動センター 内 市民活動に興味のある市民と市民活動団体の意見交換会 定 20人(申込順) ¥ 1000円(お茶代)
申 当日直接
問 市立市民活動センター(☎812・1116)

登録団体交流会

時 7月11日(木) 午前11時～午後2時
所 市立市民活動センター料理室(市民会館4階) 内 そうめんを作って食べながら市民活動団体の情報・意見交換など ¥ 300円(材料費) 定 40人(申込順)
申 問 直接窓口又は電話で市立市民活動センター(☎812・1116)

多文化交流ひろば

ハ みんなで絵手紙体験
時 6月24日(月) 午後1時30分～3時
所 市立市民会館2階第2会議室 内 筆を使って絵手紙を書きましよう 対 市内在住・在学の外国

スポーツインストラクター養成講習会

	日程	講習内容
①	6月24日(月)	「スポーツ行政とスポーツ指導」・寝屋川市におけるスポーツ行政・スポーツ指導における指導案作成方法
②	27日(木)	「スポーツ事故とその対策」指導上の事故における裁判事例(賠償問題など)
③	7月5日(金)	「各種トレーニング方法(講義)」有酸素、無酸素トレーニングとその効果、心肺機能向上、筋力増強へのトレーニング方法
④	8日(月)	「各種トレーニング方法(実技)」講義の実践、ウォーミングアップやクーリングダウンの方法
⑤	9日(火)	「体のためにやってはいけないスポーツ学」夏季スポーツ活動時の熱中症予防策
⑥	12日(金)	「スポーツマネジメント」チーム経営の在り方、指導者と参加者(保護者)との関わり方、体罰問題について
⑦	17日(水)	「年齢・性別等に即した運動指導」幼児期、少年期、青年期、高齢者などの発育発達に即したスポーツ指導
⑧	8月3日(土)	「救急法(実技・普通救命講習会)」心肺蘇生法、救急看護法等の実技講習

※時間は①～⑦午後7時～8時30分⑧午前9時～正午、場所は①③④⑤⑦⑧市役所職員会館3階会議室、②⑥市役所議会議棟5階第2委員会室です。

日(体験メニュー選択制)：タイドプール(海の潮だまり)・生物観察・波止釣り体験・田舎遊び体験 対 市内在住の小学生と保護者40人程度(申し込みが多いときは抽選、申し込みは1組につき5人まで、保護者1人につき小学生2人まで) ¥ (1)サンセットすさみ：大人1万2000円・子ども8000円(2)ホテルベルヴェデーレ：大人1万5000円・子ども1万円(いずれも宿泊費・バス代・体験メニュー費用・旅行傷害保険料を含む) 他 ①6月21日(金)に抽選結果を発送予定②参加

者が20人未満のときは中止③保護者同伴で参加してください④天候によって内容が変わることがあります⑤宿泊施設について希望者が多いときは抽選します⑥いずれもバスで移動します HP 18762
申 市ホームページ(31ページのQRコード)又は申込用紙(市ホームページからダウンロード、はがきでの申し込み可)に参加者全員の郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、年齢(子どもの学年)、電話番号、希望宿泊施設、2日目の体験メニュー名を直接窓口又は郵送で6

公演

人・日本人 定 10人(申込順) ¥ 無料 他 汚れてもよい服、又はエプロン持参
申 問 6月4日(火)から直接窓口又は電話でNPO法人「寝屋川市国際交流協会」(☎811・5935 11日・月曜日、祝日を除く)
アルカスホール
臨時休館のお知らせ
6月27日(木)は全館清掃、8月29日(木)は消防訓練・点検のため休館します。
問 アルカスホール(☎821・1240)

アルカスウェルカム・ミニコンサート

時 6月20日(木) 午後2時
所 アルカスホール1階フリースペース 内 フルートデュオRippleによる心やすらぐ癒しのコンサート ¥ 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 窓口又は電話でアルカスホール(☎821・1240)

生涯学習

ブランチャ屋さがり講座

ハ①マンガで知る金融経済

【広告】

【広告】

時 7月10日・24日、いずれも水曜
日午後2時～3時 内 金融経済を
わかりやすく学んで、人生を豊かに
しませんか
※
ハ②けがや病気の対処と
ホームケア
時 7月5日・19日、いずれも金曜
日午後2時～3時 内 夏の感染症・
熱中症について、子どもの転倒・転
落・やけどの対処法豆知識(主に未
就学児の保護者向け)
ハ③写仏
時 7月12日・26日、いずれも金曜
日午後2時～3時 内 仏様の絵を
写します(絵が苦手な人も可)
※
所望が丘ブランチ(市立望が丘地
域交流スペース) 対 市内在住・在
職・在学の人 定 ①②③各10人(申
込順) 費用 無料
申 6月4日(火) 午前9時から
電話で社会教育推進課(☎813・
0076)

まちのせんせい体験講座
ハ④ヨガ
時 7月22日(月) 午後2時～3時
30分 所 南コミュニティセンター
和室 内 ゆったり、身体をリラッ
クス 対 市内在住・在職・在学の人
定 15人(申込順) 費用 無料 他
水などの飲み物、ヨガマット又はバ
スタオル持参 HP19763
申 6月4日(火) 午前9時から
直接窓口又は電話で社会教育推進課
(☎813・0076)



アルカスジュニアピアノコンクール2024

●予選…10月19日(土)・20日(日)
●本選…11月24日(日)・12月1日(日)

アルカスホールメインホール

指定銀行口座へ参加費を振り込み後、①又は②の方法で申し込み。
①所定の用紙(「アルカスホール」ホームページからダウンロード)に振込証明書類を添付して、7月17日～8月15日に直接窓口(午前9時～午後9時)又は郵送＝必着＝までにアルカスホール(〒572-0837 早子町12番21号、☎821・1240) ②「アルカスホール」ホームページから申込フォームに従って必要事項を入力し、振込証明書類の画像を添付
※受付は申込順(郵送のときは到着時点での受付です)。

募集部門	参加費	
	予 選	本 選
未就学児	6,000円	7,000円
小学校1・2年生	8,000円	9,000円
小学校3・4年生	9,000円	1万円
小学校5・6年生	1万円	1万1,000円
中学生	1万1,000円	1万2,000円
高校生	1万3,000円	1万5,000円

※①受付後の参加費の返金はできません②本選参加費は予選通過後の振り込みです。



パリパリうすあげ焼きおにぎり

※
市立エスポアール 対 市内在住・
在職・在学の15歳以上の人
※申し込みが5人未満のときは中止
します。
申 6月①1日～20日②2日～15
日に電話で市立エスポアール(☎8
28・4141)
文化講座
ハクッキング①パリパリうすあげ焼
きおにぎり&みそ汁②ハンバーガー
&野菜コンソメスープ
時 6月①22日②29日、いずれも土
曜日午前10時～正午 対 ①15歳以
上の人②小学校4年生～中学生 定
①②各8人(申込順) 費用 ①500
円②800円 他 エプロン・三角
巾・ハンドタオル持参

ハ③老人会とコラボ企画
対 7月6日(土) 午前10時30分～正
午 内 高宮日和会による音頭、民謡
など 対 幼児・高齢者 費用 無料
※
市立学び館
申 ①6月6日～10日②6月17日
～21日③6月24日～28日に直接又
は電話で学び館(☎822・331
1)

展 示
なかまのひろば
8月1日～11月30日の展示団体を
募集しています 所 市立市民活動セ
ンター交流サロン 対 市民活動セン
ター登録団体 定 4団体 費用 無料
申 問 直接又は電話で市立市民活動
センター(☎812・1116)

図 書 館

中央図書館での催し
ハ読書会
時 7月7日(日) 午後2時 内 「オ
ルタネート」加藤シゲアキ著、事前
に読んできた本の感想を話し合いま
す 対 市民 費用 無料 HP3843
ハくらしと人権個性を否定しない
世界へ
時 6月2日～30日 内 本の展示と
貸し出し
HP3843

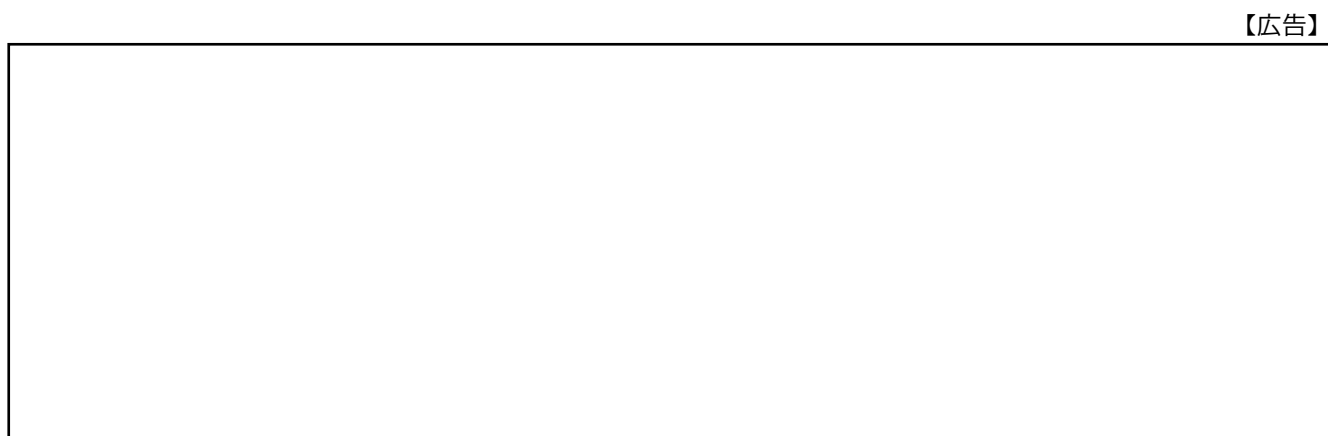
ハゲームで学ぶ
お金と経済のしくみ講座
時 7月24日(水) 午前10時30分～正
午 内 金融の基本を学びゲームで楽
しく株式投資を体験 対 小学校4年
生～6年生と保護者 定 10組(申込
順) 費用 無料 HP3844
申 6月4日(火) 午前10時から直
接又は電話、ホームページ(左のQ
Rコード)



ハ金融トラブルに巻き込まれないた
めに特殊詐欺の手口と対策
時 7月24日(水) 午後2時～3時
30分 内 特殊詐欺の被害に遭わな
いためのポイントや対策 対 市民
定 20人(申込順) 費用 無料 HP38
43
申 6月4日(火) 午前10時から直
接又は電話、ホームページ(左のQ
Rコード)



市立中央図書館(☎800・3
※



【広告】