



健康・福祉

最高裁判決を踏まえた 保護費などの追加給付

△申出受付を開始▽

平成25年8月、令和8年3月に市で保護を受給したことがある世帯からの追加給付の申出受付窓口を8月3日(月)から設置します。申し出ができるのは、原則、保護が廃止となった当時の世帯主です。

HP 26226

▽必要書類 申出書(各シティ・ステーションなどで配布又は市ホームページからダウンロード)、本人確認書類などの添付書類

申問 必要書類を直接窓口又は郵送、市ホームページ「電子申請システム」で最高裁追加給付受付窓口(市立池の里市民交流センター4階 812・2238)

運転協力者認定講習会で ボランティアデビュー

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 ①9月10日(木)午前10時～午後5時30分 ②17日(木)午前10時～午後1時(計2回) 所 市立保健福祉センター4階健康指導室ほか 内 ①関係法令の講義など ②福祉自動車の特性についての演習など 対 第一種運転免

HIV検査(血液検査)

時 8月5日・19日、いずれも水曜日午前9時30分～10時30分 所 市立保健福祉センター3階 内 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。結果説明は1週間後、本人に説明します 費用 無料

申当日直接

問 保健予防課 (829・7773)



HIV検査について詳しく知りたい人はこちら

骨ちよ筋のススメ～食事編～

時 9月15日(火)午後1時30分



大丈夫？低栄養

——若い世代もシルバー世代も要注意!!——

問 保健総務課 (829・7771)

エネルギーやたんぱく質、ビタミンやミネラルが不足して、体重減少や筋力・免疫力の低下が起こっている状態を低栄養といいます。

低栄養はシルバー世代だけでなく、若い世代にも広がっています。シルバー世代では嚙(か)む力の衰えや食欲低下により食べる量が減ることで、低栄養が起こります。若い世代では欠食や偏食、ダイエットなど、「食べない」ことが原因になっています。

食事は朝・昼・夕の毎食取るようにし、主食・主菜・副菜をそろえ、特にたんぱく質(肉、魚、卵、大豆・大豆製品、牛乳・乳製品)の摂取を意識して、低栄養を予防しましょう。

ほぼ体内でつくることができないビタミンやミネラルも野菜などから取るようにし、筋肉を減らさないためには適度に身体を動かすことも大切です。

料理が大変な場合は、市販の総菜や缶詰、レトルト食品も利用してみましょう。



知って得する!! 血管の話

時 9月15日(火)午前10時～11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

3時30分 所 市立保健福祉センター5階多目的ホール 内 筋肉量・骨密度の低下が身体に及ぼす影響や食事についての話、運動ミニ講座 対 15歳以上の市民(中学生・高校生を除く) 定 40人(申し込みが多いときは抽選) 費用 無料 他 一時保育を行います 8月26日(水)までに予約 費用 18165

の結果を用いた血管の変化と生活習慣病についての話 対 今年度に健診を受けた15歳以上の市民(中学生・高校生を除く) 定 30人(申込順) 費用 無料 22133 申問 9月8日(火)までに直接窓口又は電話、市ホームページ「電子申請システム」で健康づくり推進課 (812・2374)

休日特定健康診査を受けよう!

特定健康診査は年に1回、無料で受診できます。血圧や血糖値など、身体の状態を確認しませんか。 時 8月30日(日)午前9時～正午 所 市サービスゲート 対 市の国民健康保険に加入している40歳～74歳の人 定 50人(申込順) 費用 15893

温水プールを利用しませんか

時 土曜日を除く週1回～2回のコース(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 40歳以上の市民 費用 月会費制 申問 市立西高齢者福祉センター (838・1441)

標語・川柳を募集

10月18日(日)の「くすり」と健康

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) 費用 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

子宮頸(けい)がん予防接種

子宮頸がんを予防する効果のあるHPVワクチンについて、未接種の人は効果と副反応などを検討したうえで接種してください。

所 市内又は守口市・門真市・大東市・四條畷市の取扱医療機関 対 平成22年4月2日～27年4月1日生まれの女性 費用 3961

△高校1年生相当の人で1回も接種していない人へ▽

子宮頸がんワクチンは計3回接種する必要があります。終了までに6か月かかります。3回とも無料で接種するためには、9月30日(水)までに1回目の接種を済ませてください。令和9年4月以降は全額自己負担(一回当たり約3万円)となります。 問 子育て支援課 (800・7091)

母子保健事業

日時などは下の表のとおりです。

母子保健事業				
	内 容	日 時	対 象	申 込
①離乳食講習会	<だしとお粥(かゆ)が試食できます> 離乳食についての話と実演	9月11日・18日、いずれも金曜日 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
②0歳からのむし歯予防教室	歯科医師の講話	9月3日(木) 午後1時30分～2時30分	妊娠5か月以上の人又は1歳3か月までの乳児の保護者20人	QRコード iOS用 Android用
③育児相談	子育てについて、保健師などが相談に応じます。電話での相談も受け付けています	月～金曜日(祝日除く) 午前9時～午後5時30分	市内在住の人	直接窓口又は電話、「ねやCoCoアプリ」で予約

※①市立保健福祉センター②③市サービスゲート、いずれも申込順、参加無料です。

問 子育て支援課 (800・7079)

乳幼児健康診査

対象者には個別に通知しています。届いていない人は問い合わせください。

△4か月児健康診査▽

令和8年3月22日～4月17日生ま

れの人。

△1歳6か月児健康診査▽

令和6年11月22日～12月23日生まれの人。

△3歳6か月児健康診査▽

令和4年12月28日～5年1月29日生まれの人。

△2歳歯の教室▽

令和6年1月14日～2月4日生まれの人。

△5歳児健診▽

令和3年10月1日～31日生まれの人にアンケートを送付しています。アンケート結果などから、個別に健診を案内します。

問 子育て支援課 (800・7079)

健康づくり

風しん抗体検査

時 8月12日・26日、いずれも水曜日午前11時～正午 所 市立保健福祉センター3階 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・同居者 ③妊婦の配偶者・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) 費用 無料 他 結果は郵送します 申 市ホームページ(左のQRコード)で保健予防課 (829・7773)



申問 前日までに電話又は市ホームページ(左のQRコード)で健康づくり推進課 (812・2374)



展」で作品を発表・表彰します。

▽表題 「くすり」「健康」「野菜」のうち1題(1人1作品まで)

※イベントについて詳しくは「広報ねやがわ」9月号を見てください。

申はがき又はFAXに作品、住所、氏名(ふりがな)、年齢(学年)、職業、電話番号を書いて9月25日(金)Ⅱ必着Ⅱまでに市薬剤師会(〒572-0036池田西町28番22号、FAX 839・3933)

問市薬剤師会(☎828・3933)又は健康づくり推進課(☎812・2372)

精神保健家族教室

△統合失調症の理解と支援

病気と付き合って過ごすコツ▽

時9月7日(月) 午後3時～5時
所市立保健福祉センター5階会議室
1・2 内精神科医による講話 対
当事者の家族・支援者など 定40人
(申込順) ￥無料 HP9016

申問 電話又は市ホームページ(左のQRコード)で保健予防課(☎812・2362)



童謡唱歌を歌う会 「お月見コンサート」

時9月16日(水) 午後1時30分～

申8月3日(月) までに電話又は氏名・連絡先を書いたものをFAXで

総合福祉コーディネートセンター「晴れ晴れ」・戸田(☎090・3826・1192、FAX 381・6895)

問高齢介護室(☎838・0372)

頼れる親族がいない 高齢者の相談を受け付けます

緊急時の連絡先などの登録のほか、身元保証や死後の手続き、日常生活支援のサービス(有料)を提供する事業者などの紹介を9月から開始します。

対身寄りがいない又は身寄りはいるが頼ることができない65歳以上の市民(契約能力のある人) HP27131
※身元保証、死後事務、日常生活支援のサービスを提供する事業者などを随時募集しています。

問高齢介護室(☎812・2560)

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(基準緩和)に従事できます。

時①9月11日②25日、いずれも金曜日午前10時～午後5時(計2回)
所市立保健福祉センター5階研修室 定15人(申込順) ￥無料 HP7043

申問 8月31日(月) Ⅱ必着Ⅱまでに電話又は申請書(市ホームページからダウンロード)を直接窓口、郵送で高齢介護室(〒572-8566池

情報 ②

HP 26754
問 保健総務課 (☎829・7771)

たんぱく食のススメ No.1

身体を動かすための筋肉は、たんぱく質と水でできています。食事から取るたんぱく質が不足すると、筋肉が分解されてしまい、筋力低下につながります。

肉、魚、卵、牛乳・乳製品、大豆・大豆製品にはたんぱく質が多く含まれます。毎食たんぱく質を取って、筋肉を維持しましょう。



高齢者福祉

男性介護者の交流会

時8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 ￥無料 HP3367

田西町24番5号 ☎838・0372

介護予防ポイント事業 サポーター登録研修会

時9月2日(水) 午後2時～4時
所市立西南コミュニティセンター 内

サポーター活動における心得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 他活動ポイントをためると交付金を受けられます
申問 8月26日(水) までに電話で市社会福祉協議会(☎838・0400)

介護保険住宅改修受領委任 方式施工登録事業所の募集

10月1日(木) 以降に介護保険住宅改修費の受領委任払申請を希望する事業所は、市への登録が必要で(既に登録している事業所も更新が必要)。登録を希望する事業所は、市が行う研修を受講してください。
時9月1日(火) ①午前10時～11時30分②午後1時～2時30分③3時～4時30分 所市立保健福祉センター15階多目的ホール ￥無料 HP3888
問高齢介護室(☎838・0518)

認知症サポーター ステッパアップ講座

地域で認知症の人とその家族を支えるボランティア活動をするために、知識と対応の学びを深める講座です。
時9月11日(金) 午後2時～4時
所市立エスポアルふれあいの部屋

対過去に認知症サポーター養成講座を受講し、ボランティア活動に興味がある人 定30人(申込順) ￥無料

申問 高齢介護室(☎812・2560)

認知症介護家族交流会

時8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階研修室5 内認知症の人を介護する家族の情報交換など ￥無料
申問 前日までに市社会福祉協議会(☎838・0400)

障害者福祉

特別障害者手当などの申請

△新規申請▽
重度の障害があり、日常生活に常時介護が必要な人に支給されます。
▽支給額 ①特別障害者手当：月額3万4500円②障害児福祉手当：月額1万6560円
▽支給月 年4回(2月・5月・8月・11月)
▽必要書類 身体障害者手帳又は療育手帳、本人確認書類・マイナンバーが確認できる書類、本人名義の口座番号が分かる書類(通帳の写しなど)、年金証書、手当認定用診断書
△現況届の提出▽
対象者には現況届を8月初旬に送りますので提出してください。
▽受付期間 8月12日～9月11日(土・日曜日、祝日を除く)
※提出が遅れると受給が遅れる又は

【広告】

【広告】



ふらっと市民セミナー

△声で伝える力を磨く

「朗読ワークショップ」▽

時9月6日(日) 午前10時～正午 所ふらっとねやがわ 内呼吸法を味方につけ、余分な緊張感を手放す方法を体験してみませんか 定24人(申込順) ￥無料 他一時保育を行います(6か月～就学前の子どもで年齢により2人

ゝ6人(申込順、無料、9月2日(水)までに予約) **HP**183343
申問電話又はFAXでふらっとねやがわ(☎800・5789、FAX800・5489)

ふらっとおしゃべりタイム

時 8月27日(木) 午後2時ゝ3時30分 **所** ふらっとねやがわ **内** 「わたしのリラックス方法」をテーマに気軽に話しましょう **対** 女性 **定** 5人(申込順) **費用** 無料 **HP**183343
申問前日までに電話又はFAXでふらっとねやがわ(☎800・5789、FAX800・5489)

原爆死没者・戦没者に追悼と平和祈念の黙とうを

8月6日は広島、8月9日は長崎に原爆が投下された日です。8月15日は「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です。平和を祈念し、原爆死没者・戦没者に対し追悼の誠を捧(ささ)げるため、1分間の黙とうをお願いします。
時 8月6日(木) 午前8時15分ゝ9日(日) 午前11時2分ゝ15日(土) 正午
問 人権・男女共同参画課(☎825・2168)



元気っ子ランド

時 8月5日(水) 午後3時30分ゝ4

所 摂南大学寝屋川キャンパス(池中町) **費用** 無料
問 市社会福祉協議会(☎838・0400)

子育て出張講座

望が丘ランチで①リラット・子ども図書館+plus・たんぽぽ保育所子育て支援センター職員による子育て講座②保育士による子育て講座③リラット出張講座を行います。
ハ ①親子工作(海の生き物)ゝ
時 8月4日(火) 午前10時30分ゝ11時15分
ハ ②みんなであそぼうゝ
時 8月18日(火) 午前10時30分ゝ11時15分
ハ ③夏の手形足形アートゝ
時 8月25日(火) 午前10時30分ゝ11時30分 **内** 専用のスタンプで、季節感あふれる成長記録を作りましょう

※
対 ①②就学前の子どもと保護者③2歳までの子どもと保護者(きょうだい同伴の場合も作品は1つ) **定** ③5組(申込順) **費用** 無料 **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 ①②当日直接③前日までに電話
問 ①③リラット(市立子育てリフレッショ館☎800・3862) ②社会教育推進課(☎813・0076)

体操ひろば

時 8月3日(月)・18日(火)、いずれ

時 30分 **所** 市立エスポアール **内** プラバン **対** 幼児と保護者・小学生 **定** 30人(先着順) **費用** 無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

あそびのひろば

時 8月8日(土) 午後2時ゝ3時 **所** 市立エスポアール **内** 紙コップの皿まわし **対** 幼児と保護者・小学生(先着順、材料がなくなり次第終了) **費用** 無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

読書のじかん

時 8月8日(土) 午後3時ゝ4時 **所** 市立エスポアール **内** 絵本の読み聞かせ・展示など **対** 幼児と保護者・小学生 **費用** 無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

入園・入学

夏季休業中の学校園閉庁日について

全ての市立幼稚園、小・中学校で「学校園閉庁日」を設定します。皆さんの理解と協力をお願いします。
▽学校園閉庁日 8月8日ゝ16日
※①期間中、電話対応や転出入の手

も午前11時ゝ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身体を動かしましょう **対** 乳幼児と保護者 **費用** 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 8月3日(月) 午前11時10分ゝ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 **費用** 無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

こころいランド

時 8月18日(火) 午前10時30分ゝ11時 **所** 市立エスポアール **内** 手作り魚つり遊び **対** 乳幼児と保護者 **費用** 無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

絵本のよみかせ

時 8月18日(火) 午前11時10分ゝ11時30分 **所** 市立エスポアール **対** 乳幼児と保護者 **費用** 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

ハ親子でアイシングクッキーゝ

続きはできません②留守家庭児童会は、通常とおり行います。部活動は、原則行いません。
問 学務課(☎813・0072)

子ども・親子

子育て連続講座(ペアレントトレーニング)

子育ての中で子どもの行動や親子関係などに悩んでいる保護者のためのプログラムです。ほめ方、指示の出し方などの具体的なコツを学び、参加者と一緒に実践の方法を考えます
時 9月24日、10月8日・22日、11月5日・19日、12月3日、いずれも木曜日午前10時ゝ11時30分又は午後1時ゝ2時30分(計6回、午前・午後のいずれかに参加) **所** 市サービスゲート7階心理相談室 **対** おおむね4歳ゝ小学校2年生の子どもを持つ人で、原則全回参加できる人 **定** 各10人(申込順) **費用** 無料 **他** 一時保育を行いますハ9月3日(木)までに申込、無料ゝ **HP**25826
申 問 9月3日(木)までに電話又は市ホームページ「電子申請システム」でこどもを守る課(☎800・7062)

ぼらぽこどもまつり

子どもたちの「やってみたい」を形にした夏まつりを開催します。子どもから大人まで楽しめるブースやイベントがたくさんあります。
時 9月5日(土) 午後3時ゝ6時

【広告】

【広告】

就学義務猶予免除者などの中学校卒業程度認定試験

病気などやむを得ない事情で就学義務を猶予又は免除された子どもに、中学校卒業程度の学力を認定する試験です。合格した人には高校への入学資格が与えられます。
時 10月15日(木) **所** エル・おおさか(大阪市中央区) **内** 国語・社会・数学・理科・外国語(英語) **対** 令和9年3月31日までに満15歳以上になる人で次のいずれかに当てはまる人①就学義務の猶予又は免除を受けた②中学校を卒業できないことにやむを得ない事情があると国が認めて

青少年

誕生会

時 毎日(第3日曜日、休館日を除く) 午前11時30分ゝ正午 **所** 市立エスポアール **内** カード・手形・身体計測 **対** 8月生まれの乳幼児 **費用** 無料
申 当日直接
問 市立エスポアール(☎828・4141)

いるなど

▽願書受付期間 8月21日(金) 〃
〃消印有効〃まで

問 教育指導課(☎813・0071)

ひょうたんランプ教室

時 8月16日(日) 午後1時～4時
所 南寝屋川公園 対 10歳以上の人
定 10人(申込順、小学生は保護者
同伴) ￥1人300円 他 エプロ
ン・軍手を持って、汚れてもいい服
装で来てください

申 問 8月3日～7日の午前9時～
午後5時15分に電話又はインスタグ
ラム(左のQRコード)で(公社)
市シルバー人材センター(☎824・
6262)



ひょうたんランプ

8月はこども110番月間

子どもたちがトラブルに巻き込ま
れそうになったときに逃げ込み、助
けを求められる「こども110番の
家」の協力をお願いします。

協力してくれる家庭には旗などを

配布します。旗などが劣化・損傷し
ているときは校区の小学校に連絡し
てください。

△家庭で子どもたちに伝えましよう
5つの約束▽

○一人で遊びません

○知らない人について行きません

○連れて行かれそうになったら大声
を出して助けを求め、「こども11
0番の家」へ逃げ込みます

○誰とどこで遊ぶか、いつ帰るかを
家の人に言うてから出掛けます

○友だちが連れて行かれそうになっ
たら、すぐ大人のの人に知らせます

問 社会教育推進課(☎813・0
075)



サイエンススイーツ

時 9月19日・10月24日、いずれも
土曜日午前10時～正午 所 市立学
び館 内 色の3原色を使った実験
やスイーツづくり 対 小学生 定
6人(申込順) ￥1000円

申 問 8月24日～9月5日に直接又は

073、FAX 821・8109)

柔道教室(2期)

時 対 9月2日～12月18日の毎週水・
金曜日①小学生：午後6時30分～7
時30分②中学生以上：午後8時～8
時45分 内 基本動作・礼儀作法など
定 各30人(申込順) ￥小・中学生：
8000円(保険料8000円が別に必
要)、一般：1万円(保険料2000
円が別に必要) 他 市外在住の人も参
加可、1期に参加した人は保険料不要

申 当日直接
問 市柔道連盟・中川(☎853・
3356) 午後7時以降)

市民体育館杯兼 秋季バウンドテニス大会

時 9月23日(祝) 午前9時30分 内
男女混合又は女子ペア 対 市内在
住・在職・在学の中・高生以上の人
定 1人1000円(当日納付)
申 大会名、住所、氏名、電話番号
を書いたものを直接又は郵送、FAX
で9月5日(土) 〃必着〃までに
市バウンドテニス協会事務局(〒572
-0823 下木田町16番16号 市立市
民体育館内、FAX 822・6800)
問 潮見(☎826・1424)

池の里市民交流センター

池の里クラブ

△太極拳無料体験▽
時 8月5日・12日、いずれも水曜

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

日午前10時～11時 内 楽しく健康
太極拳の基礎を学びます 対 20歳
以上の人 定 各5人(申込順)
△9月のスポーツ教室▽
内 楽しくスポーツの基礎を学びま
す(教室名などは下の表のとおり)
対 市内在住の人を優先(市外の人も
参加可)
申 問 電話又はホームページ(左の
QRコード)から池の里クラブ事務
局(☎839・7004)



池の里クラブ(太極拳無料体験)

野外活動センター

親子宿泊キャンプ

時 9月19日午前10時～20日午前9

電話で学び館(☎822・3311)



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 ①9月6日(日) 午前9時30分
～11時②17日(木) 午後1時30分
～3時③25日(金) 午後6時30分～8
時 対 16歳以上の人 定 各20人(申
込順) ￥350円(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)

市民体育大会レスリングの部 兼寝屋川大会

時 9月13日(日) 午前9時 内 学
年別・体重別レスリング競技(フリース
スタイル) 対 協会登録者又は市内
在住・在学の4歳～中学生 ￥3
000円(当日納付)

申 問 所定の用紙(市立市民体育館
で配布)を郵送又はFAXで8月14
日(金) 〃必着〃までに「市レスリ
ング協会事務局」・池田(〒572-0
831 豊野町13番2号 ☎821・8

池の里クラブ 9月のスポーツ教室

教室名	曜日・時間	対象・定員	内 容	参加費(回数)
レスリング	水曜日 午後7時～8時30分	令和3年4月1日 以前生まれの幼 児～中学生25人	マット運動や体力づくり とレスリングの基礎を学 ぶ	2,000円 (4回)
わいわい バドミントンA	木曜日 午後4時30分～6時	小学生以上の人 各20人	みんなで楽しくバドミ ントンをしよう	2,400円 (4回)
わいわい バドミントンB	木曜日 午後7時～8時30分			
女性のための ゆるゆるスポーツ	火曜日 午後1時15分～ 2時15分	20歳以上の女性 20人	エアロビクス・筋トレ・バド ミントンなど、いろいろな スポーツを少しずつ	2,800円 (4回)
小学生スポーツ	土曜日 午前10時～11時	小学校1年生 ～3年生25人	楽しくスポーツの基礎を 学びながら仲間づくり	1,800円 (3回)

※①参加費は保険料を含みます ②申し込みが多いときは抽選、9人以下のときは中止します。

寝屋川公園



ホームページ(左のQRコード)で
市野外活動センター(☎0743・
78・1910)

寝屋川テニス秋季団体戦

時 9月13日(日) 午前9時〃雨天
中止 内 団体戦(男子ダブルス・
女子ダブルス・混合ダブルス、本戦
はトーナメント方式) 対 1チーム
6人(チームの合計年齢が260歳
以上、補欠2人)で構成するチーム
定 ①チャレンジ中・上級：8組②
チャレンジ初級：16組(いずれも申
込順) ￥1チーム1万5000円
他 2試合以上できます
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)を直接又は
FAX、メールで8月25日(火)
〃必着〃までに市テニス協会事務局
(〒572-0823 下木田町16番16号 市
立市民体育館内、FAX 822・6800)
問 小林(☎090・9287・7466)

ほかの場所での催し

後期ソフトテニス教室

時 9月6日～27日の毎週日曜日と9

【広告】

【広告】



月23日(祝) 午前9時～11時(計5回) 雨天順延 所田井西公園テニスコート(田井西町) 対市内在住・在職・在学の小学校4年生以上の人(初心者可) 定20人(申し込みが多いときは抽選) ￥3000円(当日納付) 他ラケット・テニスシューズを持って運動ができる服装で来てください

申所定の用紙(市民体育館窓口で配布、又は市ソフトテニス協会ホームページからダウンロード)を直接又は郵送、FAXで8月21日(金) 必着 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、FAX 822・6800) 問濱田 ☎090・8754・8451

子ども自然シリーズ講座

水辺の生きもの

時9月5日(土) 午前10時～正午 所自然体験学習室(市立中央図書館西分室内) 内カメラや魚など水辺の生きものを観察したり、スライドで学んだりします 対小・中学生 定20人(申込順) ￥無料 HP3369

申8月2日(日) 午前10時から直接又は電話で自然資料施設運営スタッフの会(☎839・6882)

文化・交流

多文化交流ひろば

みんなでアンクルン演奏体験

申9月15日(火) までに市ホームページ「電子申請システム」で2026青年祭実行委員会事務局(社会教育推進課内 ☎813・0075)

ふれあいこどもフェスタ 小・中学生ボランティア募集

時8月2日(日) 午前10時～午後3時 所市立市民活動センター 内一緒にフェスタを盛り上げる手伝い 対小・中学生

申直接又は電話で市立市民活動センター(☎812・1116)

バックステージツアー

時10月3日(土) 午前10時30分 所市立市民会館大ホール 内照明や音響の話も交えながら、普段見られないホールの舞台裏を案内します 対小・中学生と保護者 定50人(申込順) ￥無料

救命救急講習

時9月7日(月) 午後2時(90分程度) 所アルカスホール会議室2 内AEDの取り扱いや応急手当などの知識と技術を習得 ￥無料 ※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8月9日(日) 午前9時から直接又は午後1時からホームページ・電話でアルカスホール(☎821・1240)

時8月26日(水) 午後1時30分～3時 所市立市民会館地下1階第2音楽室 内インドネシアの伝統楽器を体験 対市内在住・在学の外国人・日本人 定10人(申込順) ￥無料

アルカスホール 臨時休館日のお知らせ

8月31日(月) は全館清掃、9月30日(水) は消防訓練・点検のため休館します。

HP3485 問アルカスホール(☎821・1240)

公演

瀧本りおな・ヒサ絵・伊谷亜子 ハロウィン・ポップスライブ

時10月23日(金) 午後7時 所アルカスホールギャラリー 内ハロウィン気分を楽しむポップスライブ。仮装での参加も歓迎 ￥前売り2000円、当日2500円 ※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8月10日(月) 午前9時から直接又は午後1時から電話でアルカ



まちのせんせい体験講座

ハ写仏講座

時9月3日～24日の毎週木曜日午前10時～11時 所市立エスポアルふれあいの部屋2 内絵が苦手な人でもできる、仏様の絵を写します 対市内在住・在職・在学の人 定10人(申込順) 他参加する本人が申し込んでください HP23493

ランチ屋さがり講座

時9月4日～25日の毎週金曜日午後2時～3時 内まちのせんせいによるスマホ指導

メンタルケア講座

時9月14日・28日、いずれも月曜日午後2時～3時 内まちのせんせいによるメンタルケア指導

スホール(☎821・1240)



瀧本りおなさん

生涯学習

市民活動交流会

時8月6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 定20人(申込順) ￥100円(お茶代)

申当日直接 問市立市民活動センター(☎812・1116)

2026青年祭 出演者募集

時10月31日(土) 午後2時30分～5時(予定) 所市立市民会館大ホール 内音楽(機材を使用しないもの)、ダンス、一輪車演技、漫才など 対おむねね中学生～30歳の個人又はチーム ￥無料 他終了

※

※

夏休みランチこどもまつり

時8月20日(木) 午後2時～4時 所望が丘ランチ(市立望が丘地域交流スペース) 内どんぐりなどを使った自然工作、スライムを使ったストラップ作り(いずれも小学生向け) 対市内在住・在学の子ども ￥無料 他いずれも材料が無くなり次第終了します。持ち帰り用の袋を持って来てください

問社会教育推進課(☎813・0076)



文化講座(市立エスポアル)

時8月24日(月) 午前10時～午後1

【広告】

【広告】

後、出演者には交流会を行います。詳しくは市ホームページ又はインスタグラム(左のQRコード)を見てください HP7724



市ホームページ(申し込みはこちら)



インスタグラム



2025 青年祭

時 内三つ編みパンを作ります 対
15歳以上の人 定16人(申込順、5
人未満のときは中止) ￥16000円
申 8月3日、23日に電話で市立
エスポール(☎828・4141)

おとなの硬筆教室

時 9月7日、令和9年3月8日の
月曜日午前10時、11時30分(計11
回) 所市立学び館 内硬筆の練習
対 15歳以上の人 定4人(申込順)
￥6200円
申 8月17日、22日に直接又は電話
で市立学び館(☎822・3311)

親子フッキング

時 8月22日(土) 午前10時、正午
所市立学び館 内ピザ風ちぎりパ
ン・手作りバナナジュース 対小・
中学生と保護者 定4組(申込順、
3組以下のときは中止) ￥1組1
200円(3人での参加は1800
円) 他エプロン・三角巾・マスク・
ハンドタオルを持って来てください
申 8月2日、15日に直接又は電話
で市立学び館(☎822・3311)

展 示

市立埋蔵文化財資料館企画展

△国史跡高宮廃寺跡整備記念
―祈ること、願うこと。―

時 8月1日、令和9年7月18日の
午前9時、午後5時15分(月・火曜
日、年末年始は休館) 内国史跡高

宮廃寺跡を中心に、市内の出土遺物
から人々の祈りや願いについて考え
ます 他企画展準備のため7月31
日(金)まで休館します HP 33
77
問 文化スポーツ室(☎813・0
074)



高宮廃寺跡出土 軒丸瓦

図 書 館

中央図書館での催し

△読書会

時 9月6日(日) 午後2時 内「お
探し物は図書室まで」青山美智子
著、事前に読んできた本の感想を話
し合います ￥無料 HP 3843

△平和祈念戦争図書展

時 8月2日、30日 内本の展示と
貸し出し HP 3843

△戦争パネル展

時 8月7日、16日の午前10時、午
後5時 HP 3843

※

問 市立中央図書館(☎800・3
711)

東図書館での催し

△クイズラリー

時 8月1日、2日の午前10時、午
後4時30分 内クイズを探して問
題を解いていきます 対幼児・小学
生(幼児は保護者同伴) 定100
人(先着順) ￥無料 HP 3844
△おはなし(ストーリーテリング)
の入門講座

時 ①9月4日：おはなしを楽しみ
ましょう②18日：おはなしの楽しみ
を子どもたちに③10月2日：おはな
しを選ぶこと、覚えること④23日：
おはなしを語ってみましょう、いず
れも金曜日午前10時、正午(計4回)
対 全回参加可能でボランティア活
動に興味のある人 定10人(申込
順) ￥無料 他一時保育を行いま
す(乳幼児6人、無料) HP 3844

4

申 8月4日(火) 午前10時から
直接又は電話

△大人のためのおはなし会

時 8月28日(金) 午前10時、11時
30分 所市立市民会館3階講義室
内 おはなしの語り手・ボランティ
ア活動に興味のある人などに向けた
ストーリーテリングの体験 定30
人(先着順) ￥無料 HP 3844

△元氣!!

時 8月1日、31日 内本の展示と
貸し出し HP 3843

△しぜん いっぱい

時 8月1日、31日 内子ども向けの

本の展示と貸し出し HP 3844

※

問 市立東図書館(☎823・06
61)

こども図書館+plusでの 催し

△宿題おたすけコーナー

時 8月1日、15日
△読んだことある?
あの作品の1作目

時 8月16日、31日

※

内本の展示と貸し出し HP 3844
問 市立こども図書館(☎811・
5544)

図書館の 子ども向け 行事



詳しくは
こちら



広告掲載についての問い合わせ先

(株)ジチタイアド(☎092・716・1401)
(株)宣成社(☎06・6222・7999)
(株)ウィット(☎072・6683・275)
大光宣伝(株)(☎0120・540・888)

