次なる
茨木へ。
茨木には、次がある。

Next Stage

ネクストステージ

あなたの学びを応援します
茨木市生涯学習情報誌

就農支援塾「あぐりば」受講生（泉原の研修場）

■特集
茨木で「農ライフ」
～就農支援塾「あぐりば」～

■情報
生涯学習センターきらめき主催講座など
人権・平和
防災・安全
福祉
健康・くらし
子育て・教育
自然・環境
産業・仕事・観光
歴史・文化
スポーツ・レクリエーション

■学び続ける人々
「好き！」が広げる新しい自分の可能性！

茨木市立生涯学習センターきらめき HP
https://www.city.ibaraki.osaka.jp/kikou/shimin/kirameki/index.html
ホームページでは追加情報も随時掲載しています。

No.26
令和7年（2025年）12月～令和8年（2026年）3月

特集	市民の皆様の参加・参画により、一層の推進を図りたい事業について、この特集ページで取り上げています。今回は農林課の「地域農家制度」と就農支援塾「あぐりば」の紹介です。

新鮮な野菜を食べたい！収穫体験をしたい！家庭菜園を始めたい！農業ボランティアをやってみたい！など農業に関心を持つ人が増えています。

茨木はベッドタウンのイメージが強いですが、特に北部では農業が盛んで農に触れるチャンスが多く用意されています。そして本格的に茨木で農業を始めたいという人のために、就農支援塾「あぐりば」がスタートしました。また、茨木市独自の「地域農家制度」を創設して、新規就農希望者と地域の農業者との仲介を行い農地貸借などのあっせんを行っています。今回は農林課の方に「あぐりば」や「地域農家制度」についてお聞きし、「あぐりば」で実習中の就農希望の方々の様子を取材しました。（情報誌ボランティア）

茨木で「農ライフ」
～就農支援塾「あぐりば」～

初めて育てたお米と
就農支援塾「あぐりば」第一期卒業生　森下由美さん

茨木にも「農」がある

茨木市では国道171号以北に多くの農地が分布するほか、南部地域にも一団の農地が分布しています。水稲を中心に野菜や特産品が栽培され、消費地に近いというメリットを活かし、積極的に地産地消を進めています。新名神高速道路や近畿自動車道など交通の便が良いので市外へも出荷しやすく販路拡大の可能性もあります。

しかしながら大規模な農地は少なく、兼業農家や自給的農家がほとんどで、農業従事者の高齢化や人手不足が顕著になっています。

茨木の農業特産物

北部地域では「見山の赤しそ」「見山大甘青とう」など、地域の土地に適した農作物を工夫し栽培しています。ほかにも「あまっこ（トマト）」「祝蕾（しゅくらい）（子持ち高菜）」「ぱぷ丸（フルーツパプリカ）」など、少し見慣れない新しい品種の野菜も栽培され、「みしま館」や「見山の郷」などで販売されています。

祝蕾（子持ち高菜）
アスパラのような食感と高菜のピリ辛・ほろ苦さが特徴

見山大甘青とう
大型で肉厚辛みがなく種も少ないので食べやすい

フルーツパプリカ「ぱぷ丸」
一般的なパプリカより小ぶりで苦みが少なくフルーティな甘みが特徴

おいしい野菜を食べたい！

地元産の野菜を買いたい

市民にとって、地産地消や安全安心な「作り手の顔が見える」農作物には大きな魅力があります。朝どれの野菜を直売所やマルシェ、市内のスーパーなどで購入することができます。

茨木産の野菜が買える場所

- de愛・ほっこり「見山の郷」
- JA茨木市農産物直売所みしま館
- 「準農家マルシェ」
- 「いばきたマルシェ ～山とまちをつなぐ～」

などで販売されています。

販売場所の情報

収穫体験してみたい

秋には大岩のいも堀り園で紅はるかの収穫体験ができます。「見山の郷」や市でも大根やジャガイモ、祝蕾などの収穫体験を企画しています。

「野菜がどういうふうに実っているのか知らなかった。」「自分で収穫した野菜はおいしくて野菜が大好きになった。」という声も聞かれます。

「農」に興味がわいたら

自分でも作ってみる

自宅の庭やベランダでも野菜を育てることができます。
市や農業者が開設する農園を借りて栽培することもできます。

市民農園の場所や
募集の詳細はこちらから

もっと「農」に関わりたい！学びたい！

援農（農業ボランティア）

人手不足や高齢の農家さんをお手伝いをすることで、農についてもっと深く学ぶことができます。初心者でも農業者さんと一緒に作業することで知識や技術が身に付きます。

援農を始めてみたい方は農林課にご相談ください。

本格的に就農を目指したい

次なる「農」の担い手になる

深刻化する担い手の不足

全国的に同じですが、茨木市でも農業従事者の高齢化と人手不足が大きな問題です。後継者がいない農家もどんどん増えているので、これからの農業の担い手を育てていくことが大変重要です。

茨木市ではこれからの農業に関する「地域計画」を作り座談会を重ねてきました。そんな中で、農業従事者の団体とも連携を深め、地域の農業の活性化を目指しています。

地域農家制度

市内での就農をめざす人を支援するための茨木市独自の制度です。

「自然の中で生活したい！」
「農業を仕事にしたい！」
「リモートワークができるようになったので移住できるかも！」
「家庭菜園を始めたが、もっと本格的に農業に関わりたい！」

様々な理由で農業に関心をもつ人も増えていますが、実際に農地を借りて就農するにはさまざまなハードルがあります。そこで茨木市独自の「地域農家制度」を創設し、就農希望者が円滑に地域にとけこみ農業に取り組んでもらえるような仕組みを作りました。

「地域農家制度」を活用した就農までの流れ

「営農できる技術や知識」と
「地域とうまくお付き合いできるか（地域調和要件）」が重要

新規就農希望者 →農林課と面談

- 技術・地域とのつながりがすでにある。
- 他機関（農業大学など）の研修
  地域での援農（1年以上）など
- 就農支援塾「あぐりば」受講

→ 地域調和要件の確認

→ 地域農家候補者に登録

→ 農地貸借（農林課と農業委員会が連携してあっせん）

→ **就農**

就農支援塾「あぐりば」

次回募集は令和8年2月です。

就農支援塾「あぐりば」

秋風が涼しく感じる日、泉原にある綺麗に整備された「あぐりば」の研修場を訪れ、実習中の就農希望の方々にお話をお聞きしました。（情報誌ボランティア）

収穫間近の白菜畑で
講師の乾 達男さん（右から2番目）と受講生

家庭菜園をやっていましたがもっと本格的にやってみたいと思いました。自然と向き合って黙々と作業するのは自分に向いてると思います。（谷口寿裕さん）

祖父母の代は農家でした。子どもの手が離れて、これから何がしたいか考えたときに農業がしたいと思いました。1年間で独り立ちできるようにカリキュラムが組まれていて、1つ1つの野菜に向き合った育て方を丁寧に教えていただいてます。（中目紗希子さん）

息子が高校3年で農業高校に通っているので、家族みんなで農業をやっていきたいです。（宮本佳子さん）

収穫し乾燥させたごまの選別作業中
「いばごま」として出荷予定

以前から耕作放棄地が気になっていて、何かできないかと思い「援農」でお手伝いしていました。もっと技術を習得したくて受講しました。次の世代に美しい自然を残していきたいです。将来は地域の人とわいわいと集まって、みんなで手作業をして健康寿命を延ばすような活動をしたいです。（森 百江さん）

＊「地域農家制度」で就農したあぐりば1期生 森下由美さん（P1写真）＊

知り合いの農家さんの野菜がおいしくて、自分でも作りたくなって畑を借りて野菜作りを始めました。この先農業をしながら山で暮すのもいいなと思いましたが制約も多く、どうしたら農家になって移住できるんだろうと考えていました。そんなときに丁度「あぐりば」が始まりました。研修を受けているうちにもっと本格的にやっていこうと覚悟ができました。

家と農地も決まり、初めての米作りに挑戦しています。毎日心配で「無事に育ってくれ」と子どもを見守るような気持ちです。出来や量は問題外で、とにかく自分の作ったお米を食べたいです。いずれは、規格外の野菜をピクルスやジャムにして付加価値をつけて出荷するようなことも考えています。

たくさんの人に繋いでもらって、ここで農業をしながら暮していく道筋ができました。「あぐりば」の卒業生もどんどん増えますし、地域の人、市やJAもバックアップしてくださるので大変心強いです。

令和6年度「秋冬コース」と令和7年度「春夏コース」受講生と先生方

感想

庭の草刈りにも手こずっている私としては「農作業は無理！」と思っていましたが、「農業をなんとかしたい！」「自然の中で暮らしたい！」「農作業が楽しくて仕方ない！」と言う皆さんはまさにかっこよく、取材日が気持ちの良い秋の日だったこともあり、「農業いいかも！」と思ってしまいました。

自然が相手の農業は思うようにいかないこともたくさんあって、辛いこともあるでしょう。でも皆さんの目はとても輝いていて、これから農業をやっていくという強い意志をひしひしと感じました。

帰りに「見山の郷」で「あぐりば」産のフルーツパプリカと枝豆を見つけ、すぐ購入しました。新鮮で甘くて訪れた農園と皆さんを思いながら美味しくいただきました。（情報誌ボランティア）

問合先：茨木市産業環境部農林課
072-620-1622

分野別目次

茨木市生涯学習情報誌「NextStage」No.26に記載しているイベントや行事などは、中止や変更になる場合があります。広報「いばらき」または各問い合せ先にご確認ください。

特集 茨木で「農ライフ」～就農支援塾「あぐりば」～ 1

生涯学習センターきらめき主催講座など

茨木市の生涯学習推進の核である当センターが主催する講座などです。

茨木市×大阪大学大学院理学研究科連携講座
「惑星科学への誘い」
惑星たちの個性～地球誕生の妙～ 夜 11
隕石や小惑星リュウグウ分析からわかってきた太陽系の起源と進化 夜 11
月のひみつ～月のうさぎは何さいなの?～ 土 11
茨木市×立命館大学連携講座「親鸞の言葉に学ぶ」 夜 11
茨木市×追手門学院大学法学部連携講座
「労働法における『労働者』とは誰か」 夜 12
「著作権法をめぐる最近の話題」 12
「法と法的思考への誘い―法学入門―」 12
茨木市×藍野大学連携講座
「はつらつと生きるための健康測定会」 12
茨木市×明治安田生命保険相互会社連携講座
「脳を活性化!大人の塗り絵講座～花を塗ろう～」 13
「脳を活性化!大人の塗り絵講座～動物を塗ろう～」 13
茨木市×近畿中央ヤクルト販売（株）連携講座
「認知症の予防法は日々の生活にある!～予防の良い習慣・悪い習慣～」 13
「健康の秘訣は健やかな腸から」 13
「自分でできる花粉症対策～軽減するための秘訣とは～」 13
「ロコモと骨粗鬆症と寝たきり予防」 13
茨木市×茨木シニアICTアソシエーション連携事業
Myスマホで学ぶ役に立つアプリ 14
Myスマホで学ぶライン入門 14
きらめき講座（通年・前期）受講者募集 14
ボランティア講師による
「私だけのプリズリウムアレンジを作ろう」 土 14
「花と癒しのセラピーフラワー」 日 14
「論語塾」 日 15
「半導体の進化と来たる未来の予想」 土 15
「動けるすっきりボディ作り」 日 15
「可愛い花束を自分で作ろう」 土 15
第113回室内楽演奏会 土 15
第113回きらめきピアノ演奏会 土 15
ランチタイムコンサート 土日祝等 16
生涯学習センター展示コーナー作品展 16

分野別 講座・事業

人権・平和

人権連続講座 土 17
WAMジェンダーシアター 夜 17
いばらきみなみ地域人権連続講座 17

防災・安全

普通救命講習Ⅲ 日 18
パパママ救急講習 18
普通救命講習Ⅰ 土 18
上級救命講習 日 18

福祉

お茶処ひなた（オレンジかふぇ） 19
あしはら認知症サポーター養成講座 19
介護技術講習会
「プロに学ぼう介護のいろは～移動・移乗介助編」 19
認知症サポーター養成講座 19

健康・くらし

大阪府茨木保健所　こころの健康相談 20
スマホ相談 20
ほっと・ふれ愛ラジオ体操〈沢良宜いのち・愛・ゆめセンター〉 20
ほっと・ふれ愛ラジオ体操〈総持寺いのち・愛・ゆめセンター〉 20
モーニングヨガ教室 20
あしたせ踊りで楽しもう! 21
脳トレプリント 21
健康体操 21
パッチワーク教室 21
元気アップ!!体操 21
元気!いばらき体操 21
スクエアステップエクササイズ 土 22
運動療法体操　健康の集い 22
あしたせカラオケ倶楽部 土 22
健康寿命アップ教室 22
たそがれコンサート 土日祝 22
大阪府茨木保健所　市民講演会
「若者に多い依存症のサインとサポート」 22
連続ミニ講話 23
シルバー入会説明会 23
ゆるやか女子会 土 23
楽しく学ぶ初心者のパソコン教室 23
相談フォロー付きスマホ講座 23

分野別目次

スマホ教室 24
男性のステップアップ講座
①ヨガ教室　②初心者のための料理 土日 24
私のモヤモヤスッキリ！感情ケア講座 土 24
シニア向け英語講座 土 24
音楽を使ってフレイル予防とごっくんトレーニング 土 24
くらしのお金学習会 土 25
ヤクルト連続講座 25
いまさら聞けない！スマートフォン個別相談会 25
市民交流講座「手作り講座」 土 25
就労支援Café「3's Café（さんず・かふぇ）」
～地域の方・学生・教職員が自由に活用できる持続可能なパブリックスペースを目指して～ 25

子育て・教育

かるがも子ども食堂 土夜 26
ベンポスタ・みんな食堂（NPO法人はっちぽっち） 土 26
茨木子ども食堂（NPO法人茨木子ども食堂） 夜 26
あおいろ食堂@いばこう前 日 26
子民家よってこ食堂（耳原地区福祉委員会） 26
なかよし食堂（NPO法人すかいぷるー） 夜 27
ごはん屋MINT（NPO法人わんだーらんど） 夜 27
ハッピー食堂（公益社団法人茨木市シルバー人材センター） 夜 27
道祖本子ども食堂「にこにこ」 土 27
地産地消こども食堂satono 夜 27
みらい食堂えこんち 土 27
ママとコごはん 28
平日お昼のこども食堂「いばーっしょ」 28
フリースクール内子ども食堂
「なっちゃんとこ」（NPO法人はぐくみ） 28
みんな食堂SORA 土 28
むすびとまなび食堂（むすびや　寺こや） 28
SOMPO流子ども食堂（SOMPOケア株式会社） 土 29
みんなの食堂どろっぷす 土 29
Ohanaこども食堂 29
みんなの食堂「クローバーたましま」 土 29
こども食堂寄付サイト 29
あしたせ親子リズム体操 30
あしたせベビーマッサージ 30
夜間自習室（英語学習サポートあり） 夜 30
学習ルーム 土日 30
あみもの広場 土 30
こどもフラダンス講座 土 30
おやこひろば「ぴよぴよ」 31
中央公民館　日本語読み書き学級 31
梅花クリスマス・デイ　-Baika Christmas Day- 土 31
追大生といっしょに♪グローバルゲームタイム 日 31
学びたいむ～一時保育つき自習・作業スペース　らぶ～ 31
いばらきベイビー＆キッズプロジェクト
ヒョーゲンアソビノバ 32
庄栄図書館おはなし会スペシャル 土 32
じぶんだけのクリスマスカードをつくろう！ 土 32
自分ひとりで本を楽しむ日 日 32
WAMくらぶ 32
ぱぱっこくらぶ 日 33
おとう飯始めよう！ 土日 33
浪速少年院　見学デー 土 33
多言語おはなし会 33
恐竜工作ワークショップ「みんなで実験！気流に乗せて
翼竜を飛ばそう」 土 33
恐竜トークショー「恐竜の不思議教えます！」 土 34
バリアフリー映画会 土 34
茨木市音楽芸術協会 あっちこっちコンサート
Angel Harmony 歌の宝石箱 vol.16 土 34
水尾図書館おはなし会スペシャル 土 34
こどもの本交換会 34

自然・環境

初冬のプラネタリウム一般投影
「星のゆく年くる年クリスマス」 土日祝 35
プラネタリウム「おとなTime」 35
プラネタリウム「ちびっこ投影」 土 35
天体観望会 土日夜 35
プラネタリウム特別投影
「クリスマススペシャル～聖なる星と生演奏～」 日夜 35
冬のプラネタリウム一般投影「皆既月食と食」 土日祝 36
プラネタリウム特別投影「身近な異世界の楽しみ方」 土 36
わくわく簡単あずま袋つくり 土 36
身近な環境と向き合う講座　野鳥探鳥をしよう 土 36
プラネタリウム特別投影
「バレンタインスペシャル～愛を伝える日の星と生演奏～」 土夜 36
いばらきの自然を守るための「外来生物ワークショップ」 37
春のプラネタリウム一般投影「みなみじゅうじ」 土日祝 37
サイエンスアワースペシャル「かがくの広場」 日 37
環境家計簿情報交換会（仮） 37

産業・仕事・観光

公的職業訓練 38
いばらきイルミフェスタ灯（AKARI） 土日夜 38
三市一町合同就職フェア 38
茨木で夢をかなえる！創業セミナー 夜 38

歴史・文化

安威公民館区　文化展 土日 39
東奈良公民館区　文化展 土日 39
豊川公民館区　文化展 日 39
白川公民館区　文化展 土日 39
水尾公民館区　文化展 日 39
石河公民館区　文化展 日 39
中条公民館区　文化展 土 39

玉櫛公民館区　文化展 日 40
葦原公民館区　文化展 日 40
清溪公民館区　文化展 日 40
山手台公民館区　文化展 日 40
春日丘公民館区　文化展 日 40
畑田公民館区　文化展 日 40
ふれあいの囲碁・将棋 40
古文書教室講座 夜 40
森田かずよさんとみんなでつくるダンス公演
障害のある人もない人もいっしょに踊ろう！
そこから、これから、はぐくまれしもの 土 41
みんなの前でピアノを弾いてみよう
～ピアノ弾き合い練習会～ 土 41
第15回クオリア音楽コンクール　本選 土日 41
ワムワムらくご 日 41
川端康成文学館テーマ展示：年賀状と書でたどる川端康成 土日 41
しめなわづくり 土 41
いばらきプレイバック映画祭 42
川端康成文学館　ねんてん先生の新春親子俳句教室 日 42
おにクル上方芸能シリーズ vol.2文楽 土夜 42
ちょっと昔のいばらき展 土日 42
いばらき観光ウォーク
「太田茶臼山古墳と陪冢（ばいちょう）」 42
手作り陶器に挑戦 43
郷土史教室講座 土 43
国際交流の集い 日 43
第28回音芸協コンサート　ピアニカの魔術師ミッチュリーとスクールミュージックフェスティバル 日 43
みんなで楽しむコンサート 鵜木絵里&中川賢一 土 43
石上真由子ヴァイオリンコンサート 土 44
おにクルエキサイティング・ミュージック
MY FAVORITE SONGS～旅する映画音楽～ 土 44
いばらきオペラ亭 vol.52《こうもり》 祝 44
川端康成文学館テーマ展示：ようこそ『伊豆の踊子』へ
―100年目に名作を読む― 土日祝 44
梅花歌劇団「劇団この花」
オリジナルミュージカル公演 土日 44
いばらき観光ウォーク
「宿久庄から茨木へ～川端康成ゆかりの地を歩く」 日 45
『ゴドーを待ちながら』／『ゴドーを待ちながらを待ちながら』 土日 45
おにクルエキサイティング・ミュージック
上野耕平&阪田知樹デュオ・リサイタル 土 45
ジャンベ！アフリカンライブ 土 45
茨木ハチマル落語会「桂 南天の会」 46
いばらき観光ウォーク
「元茨木川緑地梅林から北川井路を探索する」 46
まほろば 新作歌曲による第20回コンサート 日 46
第27回 ピュアモーレ ポロニアコンサート 祝 46
第19回 ピュアモーレ カミングコンサート
～バラのまち茨木にアンサンブルの華が咲く～ 祝夜 46
キリシタン遺物史料館16回企画展「キリシタン墓発掘
～土に刻まれた異文化の記憶～」 土日祝 47
伝統の今「文楽」（仮） 土 47
史跡ガイド・茨木童子組 47

スポーツ・レクリエーション

ニュースポーツ教室〈市民体育館〉 夜 48
ニュースポーツ教室〈福井市民体育館〉 48
市民体育館スポーツ教室　健康体操 48
市民体育館スポーツ教室　ヨガ教室 48
市民体育館スポーツ教室　一般テニス（硬式） 48
市民体育館スポーツ教室　リフレッシュ3B体操 49
市民体育館スポーツ教室　幼児体操 49
市民体育館スポーツ教室　トランポリン 49
市民体育館スポーツ教室　バスケットボール 夜 49
市民体育館スポーツ教室　キッズショートテニス 49
市民体育館スポーツ教室　ジュニアテニス（硬式） 夜 50
市民体育館スポーツ教室　ベビー体操 50
市民体育館スポーツ教室　器械体操 夜 50
市民体育館スポーツ教室　親子体操 土 50
南市民体育館スポーツ教室　ヨーガ教室 夜 50
五十鈴市民プール　水泳教室 土日夜 51
五十鈴市民プール　フィットネス教室 日夜 51
西河原市民プール　アクア教室 夜 51
西河原市民プール　フィットネス教室 夜 51
西河原市民プール　水泳教室 土夜 52
南市民体育館スポーツ教室　親子体操 52
みんなでダンスin Ibarakiプロジェクト～障害のある人もない人も一緒に踊ろう！ワークショップ～ 日祝 52
茨木市民マラソン大会 日 52
ニュースポーツ（スローイングビンゴ） 53
ウォーキング講習会 土 53

「学び続ける人々」Lifelong Learning People

「好き！」が広げる新しい自分の可能性！
「セラピーフラワー」講師　浜本尚美さん 54

地域別　講座・事業

市内中心部

■市役所
スマホ相談 20
ウォーキング講習会 土 53

■男女共生センターローズWAM
WAMジェンダーシアター 夜 17
たそがれコンサート 土日祝 22
ゆるやか女子会 土 23
男性のステップアップ講座
①ヨガ教室　②初心者のための料理 土日 24
私のモヤモヤスッキリ！感情ケア講座 土 24
ごはん屋MINT（NPO法人わんだーらんど） 夜 27
学びたいむ～一時保育つき自習・作業スペース　らぶ～ 31
自分ひとりで本を楽しむ日 日 32
WAMくらぶ 32
ぱぱっこくらぶ 日 33
おとう飯始めよう！ 土日 33
わくわく簡単あずま袋つくり 土 36
茨木で夢をかなえる！創業セミナー 夜 38
ワムワムらくご 日 41

■障害福祉センターハートフル
市民交流講座「手作り講座」 土 25
ジャンベ！アフリカンライブ 土 45

■消防本部
普通救命講習Ⅲ 日 18
普通救命講習Ⅰ 土 18
上級救命講習 日 18

■市民総合センター（クリエイトセンター）
いばらきベイビー＆キッズプロジェクト
ヒョーゲンアソビノバ 32
茨木市音楽芸術協会 あっちこっちコンサート
Angel Harmony 歌の宝石箱 vol.16 土 34
環境家計簿情報交換会（仮） 37
森田かずよさんとみんなでつくるダンス公演
障害のある人もない人もいっしょに踊ろう！
そこから、これから、はぐくまれしもの 土 41
第15回クオリア音楽コンクール　本選 土日 41
いばらきプレイバック映画祭 42
第28回音芸協コンサート　ピアニカの魔術師ミッチュリーとスクールミュージックフェスティバル 日 43
石上真由子ヴァイオリンコンサート 土 44
いばらきオペラ亭Vol.52《こうもり》 祝 44
『ゴドーを待ちながら』／『ゴドーを待ちながらを待ちながら』 土日 45
茨木ハチマル落語会「桂 南天の会」 46
まほろば 新作歌曲による第20回コンサート 日 46
第27回 ピュアモーレ ポロニアコンサート 祝 46
第19回 ピュアモーレ カミングコンサート ～バラのまち茨木にアンサンブルの華が咲く～ 祝夜 46
伝統の今「文楽」（仮） 土 47
みんなでダンスin Ibarakiプロジェクト～障害のある人もない人も一緒に踊ろう！ワークショップ～ 日祝 52

■川端康成文学館
川端康成文学館テーマ展示：年賀状と書でたどる川端康成 土日 41
川端康成文学館テーマ展示：ようこそ『伊豆の踊子』へ
―100年目に名作を読む― 土日祝 44

■上中条青少年センター
川端康成文学館　ねんてん先生の新春親子俳句教室 日 42

■生涯学習センターきらめき
茨木市×立命館大学連携講座「親鸞の言葉に学ぶ」 夜 11
茨木市×追手門学院大学法学部連携講座
「労働法における『労働者』とは誰か」 夜 12
茨木市×追手門学院大学法学部連携講座
「著作権法をめぐる最近の話題」 12
茨木市×追手門学院大学法学部連携講座
「法と法的思考への誘い―法学入門―」 12
茨木市×藍野大学連携講座
「はつらつと生きるための健康測定会」 12
茨木市×明治安田生命保険相互会社連携講座
「脳を活性化！大人の塗り絵講座～花を塗ろう～」 13
茨木市×明治安田生命保険相互会社連携講座
「脳を活性化！大人の塗り絵講座～動物を塗ろう～」 13
茨木市×近畿中央ヤクルト販売（株）連携講座
「認知症の予防法は日々の生活にある！～予防の良い習慣・悪い習慣～」 13
茨木市×近畿中央ヤクルト販売（株）連携講座
「健康の秘訣は健やかな腸から」 13
茨木市×近畿中央ヤクルト販売（株）連携講座
「自分でできる花粉症対策～軽減するための秘訣とは～」 13
茨木市×近畿中央ヤクルト販売（株）連携講座
「ロコモと骨粗鬆症と寝たきり予防」 13
茨木市×茨木シニアＩＣＴアソシエーション連携事業
Myスマホで学ぶ役に立つアプリ 14
茨木市×茨木シニアＩＣＴアソシエーション連携事業
Myスマホで学ぶライン入門 14
きらめき講座（通年・前期）受講者募集 14
ボランティア講師による
「私だけのプリズリウムアレンジを作ろう」 土 14

ボランティア講師による「花と癒しのセラピーフラワー」 日 14
ボランティア講師による「論語塾」 日 15
ボランティア講師による「半導体の進化と来たる未来の予想」 土 15
ボランティア講師による「動けるすっきりボディ作り」 日 15
ボランティア講師による「可愛い花束を自分で作ろう」 土 15
第113回室内楽演奏会 土 15
第113回きらめきピアノ演奏会 土 15
ランチタイムコンサート 土日祝 16
生涯学習センター展示コーナー作品展 16
中央公民館　日本語読み書き学級 31

■中央図書館
じぶんだけのクリスマスカードをつくろう！ 土 32

■市民体育館
ニュースポーツ教室<市民体育館> 夜 48
市民体育館スポーツ教室　健康体操 48
市民体育館スポーツ教室　ヨガ教室 48
市民体育館スポーツ教室　一般テニス（硬式） 48
市民体育館スポーツ教室　リフレッシュ3B体操 48
市民体育館スポーツ教室　幼児体操 49
市民体育館スポーツ教室　トランポリン 49
市民体育館スポーツ教室　バスケットボール 夜 49
市民体育館スポーツ教室　キッズショートテニス 49
市民体育館スポーツ教室　ジュニアテニス（硬式） 夜 50
市民体育館スポーツ教室　ベビー体操 50
市民体育館スポーツ教室　器械体操 夜 50
市民体育館スポーツ教室　親子体操 土 50

■おにクル
茨木市×大阪大学大学院理学研究科連携講座「惑星科学への誘い」
　惑星たちの個性～地球誕生の妙～ 夜 11
　隕石や小惑星リュウグウ分析からわかってきた太陽系の起源と進化 夜 11
　月のひみつ～月のうさぎは何さいなの？～ 土 11
パパママ救急講習 18
みんな食堂SORA 土 28
多言語おはなし会 33
恐竜工作ワークショップ「みんなで実験！気流に乗せて翼竜を飛ばそう」 土 33
恐竜トークショー「恐竜の不思議教えます！」 土 34
バリアフリー映画会 土 34
初冬のプラネタリウム一般投影「星のゆく年くる年クリスマス」 土日祝 35
プラネタリウム「おとなTime」 35
プラネタリウム「ちびっこ投影」 土 35
天体観望会 土日夜 35
プラネタリウム特別投影「クリスマススペシャル～聖なる星と生演奏～」 日夜 35
冬のプラネタリウム一般投影「皆既月食と食」 土日祝 36
プラネタリウム特別投影「身近な異世界の楽しみ方」 土 36
プラネタリウム特別投影「バレンタインスペシャル～愛を伝える日の星と生演奏～」 土夜 36
春のプラネタリウム一般投影「みなみじゅうじ」 土日夜 37
サイエンスアワースペシャル「かがくの広場」 日 37
おにクル上方芸能シリーズ vol.2文楽 土夜 42
国際交流の集い 日 43
みんなで楽しむコンサート 鵜木絵里&中川賢一 土 43
おにクルエキサイティング・ミュージック MY FAVORITE SONGS～旅する映画音楽～ 土 44
おにクルエキサイティング・ミュージック 上野耕平&阪田知樹デュオ・リサイタル 土 45

■春日コミュニティセンター
茨木子ども食堂（NPO法人茨木子ども食堂） 夜 26
フリースクール内子ども食堂「なっちゃんとこ」（NPO法人はぐくみ） 28

■中条公民館
中条公民館区　文化展 土 39

■畑田小学校
畑田公民館区　文化展 日 40

■大阪府茨木保健所
大阪府茨木保健所　こころの健康相談 20

■イオンモール茨木
こどもの本交換会 34

■あおいろ食堂@いばこう前
あおいろ食堂@いばこう前 日 26

■季節のごはんカフェsatono
地産地消こども食堂satono 夜 27

■水餃子の店「ハルビン」
みらい食堂えこんち 土 27

■そんぽの家S茨木春日
SOMPO流子ども食堂（SOMPOケア株式会社） 土 29

市内北部

■石河公民館
石河公民館区　文化展 日 39

■福井市民体育館
ニュースポーツ教室<福井市民体育館> 48

■キリシタン遺物史料館
キリシタン遺物史料館16回企画展「キリシタン墓発掘～土に刻まれた異文化の記憶～」 土日祝 47

■安威小学校
安威公民館区　文化展　土日 39
■清溪小学校
清溪公民館区　文化展　日 40
■山手台小学校
山手台公民館区　文化展　日 40
■西河原市民プール
西河原市民プール　アクア教室　夜 51
西河原市民プール　フィットネス教室　夜 51
西河原市民プール　水泳教室　土夜 52
■藍野大学
就労支援Café「3's Café（さんず・かふぇ）」
～地域の方・学生・教職員が自由に活用できる持続可能なパブリックスペースを目指して～　25
■梅花女子大学
梅花クリスマス・デイ　-Baika Christmas Day-　土 31
梅花歌劇団「劇団この花」
オリジナルミュージカル公演　土日 44
■子民家よってこ食堂
子民家よってこ食堂（耳原地区福祉委員会）　26
■Ohanaこども食堂
Ohanaこども食堂　29

市内西部
■豊川いのち・愛・ゆめセンター
くらしのお金学習会　土 25
道祖本子ども食堂「にこにこ」　土 27
みんなの前でピアノを弾いてみよう
～ピアノ弾き合い練習会～　土 41
しめなわづくり　土 41
手作り陶器に挑戦　43
■豊川コミュニティセンター
豊川公民館区　文化展　日 39
■沢池多世代交流センター
夜間自習室（英語学習サポートあり）　夜 30
■郡コミュニティセンター
茨木子ども食堂（NPO法人茨木子ども食堂）　夜 26
フリースクール内子ども食堂
「なっちゃんとこ」（NPO法人はぐくみ）　28
■春日丘公民館
茨木子ども食堂（NPO法人茨木子ども食堂）　夜 26
■春日丘小学校
春日丘公民館区　文化展　日 40
■浪速少年院
浪速少年院　見学デー　土 33
■そんぽの家S茨木中穂積
SOMPO流子ども食堂（SOMPOケア株式会社）　土 29

市内東部
■総持寺いのち・愛・ゆめセンター
人権連続講座　土 17
ほっと・ふれ愛ラジオ体操
〈総持寺いのち・愛・ゆめセンター〉　20
相談フォロー付きスマホ講座　23
シニア向け英語講座　土 24
ふれあいの囲碁・将棋　40
■三島コミュニティセンター
ママとコごはん　28
むすびとまなび食堂（むすびや　寺こや）　28
■大池コミュニティセンター
茨木子ども食堂（NPO法人茨木子ども食堂）　夜 26
■中津コミュニティセンター
茨木子ども食堂（NPO法人茨木子ども食堂）　夜 26
■庄栄コミュニティセンター
追大生といっしょに♪グローバルゲームタイム　日 31
■白川公民館
白川公民館区　文化展　土日 39
■庄栄図書館
庄栄図書館おはなし会スペシャル　土 32
■五十鈴市民プール
五十鈴市民プール　水泳教室　土日夜 51
五十鈴市民プール　フィットネス教室　日夜 51
■大阪行岡医療大学
介護技術講習会
「プロに学ぼう介護のいろは～移動・移乗介助編」　19
■デイスポット駅前ランド
なかよし食堂（NPO法人すかいぶるー）　夜 27
■コミュニティデイハウス「かるがも」
かるがも子ども食堂　土夜 26
■ユースプラザEASTちょい
平日お昼のこども食堂「いばーっしょ」　28
■みんなの食堂どろっぷす
みんなの食堂どろっぷす　土 29

市内南部
■沢良宜いのち・愛・ゆめセンター
いばらきみなみ地域人権連続講座　17
ほっと・ふれ愛ラジオ体操
〈沢良宜いのち・愛・ゆめセンター〉　20
連続ミニ講話　23

いまさら聞けない！スマートフォン個別相談会 25

■沢良宜いのち・愛・ゆめセンター分館

ベンポスタ・みんな食堂（NPO法人はっちぽっち） 土 26

■葦原多世代交流センター

お茶処ひなた（オレンジかふぇ） 19

あしはら認知症サポーター養成講座 19

モーニングヨガ教室 20

あしたせ踊りで楽しもう！ 21

脳トレプリント 21

健康体操 21

パッチワーク教室 21

元気アップ！！体操 21

元気！いばらき体操 21

スクエアステップエクササイズ 土 22

運動療法体操　健康の集い 22

あしたせカラオケ倶楽部 土 22

健康寿命アップ教室 22

スマホ教室 24

音楽を使ってフレイル予防とごっくんトレーニング 土 24

ヤクルト連続講座 25

あしたせ親子リズム体操 30

あしたせベビーマッサージ 30

ニュースポーツ（スローイングビンゴ） 53

■南茨木多世代交流センター

学習ルーム 土日 30

あみもの広場 土 30

こどもフラダンス講座 土 30

おやこひろば「ぴよぴよ」 31

■玉櫛コミュニティセンター

茨木子ども食堂（NPO法人茨木子ども食堂） 夜 26

玉櫛公民館区　文化展 日 40

■水尾コミュニティセンター

茨木子ども食堂（NPO法人茨木子ども食堂） 夜 26

水尾公民館区　文化展 日 39

■葦原コミュニティセンター

葦原公民館区　文化展 日 40

■東奈良コミュニティセンター

東奈良公民館区　文化展 土日 39

■玉島公民館

みんなの食堂「クローバーたましま」 土 29

■天王公民館

いばらきの自然を守るための「外来生物ワークショップ」 37

■水尾図書館

水尾図書館おはなし会スペシャル 土 34

■南市民体育館

南市民体育館スポーツ教室　ヨーガ教室 夜 50

南市民体育館スポーツ教室　親子体操 52

■文化財資料館

古文書教室講座 夜 40

ちょっと昔のいばらき展 土日 42

郷土史教室講座 土 43

■茨木市シルバー人材センター

シルバー入会説明会 23

楽しく学ぶ初心者のパソコン教室 23

ハッピー食堂
（公益社団法人茨木市シルバー人材センター） 夜 27

■たんぽぽｔｒｉａｎｇｌｅ学園

みんな食堂SORA 土 28

■そんぽの家茨木島

SOMPO流子ども食堂（SOMPOケア株式会社） 土 29

■そんぽの家茨木東奈良

SOMPO流子ども食堂（SOMPOケア株式会社） 29

市内全域・その他

認知症サポーター養成講座 19

大阪府茨木保健所
市民講演会「若者に多い依存症のサインとサポート」 22

こども食堂寄付サイト 29

身近な環境と向き合う講座　野鳥探鳥をしよう 土 36

公的職業訓練 38

いばらきイルミフェスタ灯（AKARI） 土日夜 38

三市一町合同就職フェア 38

いばらき観光ウォーク
「太田茶臼山古墳と陪冢（ばいちょう）」 42

いばらき観光ウォーク
「宿久庄から茨木へ～川端康成ゆかりの地を歩く」 日 45

いばらき観光ウォーク
「元茨木川緑地梅林から北川井路を探索する」 46

史跡ガイド・茨木童子組 47

茨木市民マラソン大会 日 52

生涯学習センターきらめき主催講座など

茨木市の生涯学習推進の核である当センターが主催する講座などです。

◆茨木市×大阪大学大学院理学研究科連携講座「惑星科学への誘い」惑星たちの個性～地球誕生の妙～

日　　時	令和8年1月15日（木）　19:00～20:30		
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム（駅前三丁目9-45）		
内　　容	太陽系の8つの惑星やその衛星たちは、岩石でできていたり、ガスでできていたり、大気をもっていたり、いなかったり個性豊かです。 他の惑星たちと比較することで見えてくる、地球誕生の普遍性と特殊性について考えてみたいと思います。 講師：大阪大学大学院理学研究科宇宙地球科学専攻　教授　寺田健太郎さん		
対象・定員	45人（多数の場合は抽選）	費　用	無料
申込方法	令和7年11月12日（水）9:00～12月14日（日）までにHPから電子申請		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月7日（水）までに要申込		
そ の 他	詳細は広報「いばらき」、HPでご確認ください。		

◆茨木市×大阪大学大学院理学研究科連携講座「惑星科学への誘い」隕石や小惑星リュウグウ分析からわかってきた太陽系の起源と進化

日　　時	令和8年1月29日（木）　19:00～20:30		
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム		
内　　容	広く希薄な宇宙空間で、太陽やその周りを回る地球たちは、いつ、どのように誕生したのでしょうか？宇宙から地球に降ってくる隕石や、「はやぶさ」が採取した小惑星リュウグウの破片からわかってきた太陽系の起源と進化について解説します。　講師：大阪大学大学院理学研究科宇宙地球科学専攻　教授　寺田健太郎さん		
対象・定員	45人（多数の場合は抽選）	費　用	無料
申込方法	令和7年12月1日（月）9:00から令和8年1月6日（火）、HPから電子申請		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月19日（月）までに要申込		
そ の 他	詳細は広報「いばらき」、HPでご確認ください。		

◆茨木市×大阪大学大学院理学研究科連携講座「惑星科学への誘い」月のひみつ　～月のうさぎは何さいなの？～

日　　時	令和8年2月7日（土）　9:30～10:45		
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム		
内　　容	「うさぎのもちつき」のように見える満月の模様をみたことがありますか？　当日は実際に「月の石」をみてもらいながら、「月」がどうやってできたのか、あの模様がどうやってできたのかについて、お話しします。普段は38万キロメートル離れている「月」をどうぞ身近に感じてください。 講師：大阪大学大学院理学研究科宇宙地球科学専攻　教授　寺田健太郎さん		
対象・定員	小学生（保護者同伴）、45人（多数の場合は抽選）	費　用	無料
申込方法	1月5日（月）9:00から25日（日）、HPから電子申請		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月28日（水）までに要申込		
そ の 他	詳細は広報「いばらき」、HPでご確認ください。		

◆茨木市×立命館大学連携講座「親鸞の言葉に学ぶ」

日　　時	令和7年12月8日（月）　18:30～20:00		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　304室		
内　　容	親鸞の言葉を手掛かりに日常生活や現代社会について考えます。その際に、理解の補助としてヨーロッパや日本の思想・哲学の言葉なども紹介します。		
対象・定員	中学生を除く15歳以上、先着30人	費　用	無料
申込方法	11月1日（土）9:00から、HPから電子申請、または電話、窓口		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、11月30日（日）までに要申込		
そ の 他	詳細は広報「いばらき」、HPでご確認ください。		

◆茨木市×追手門学院大学法学部連携講座「労働法における『労働者』とは誰か」

日　　時	令和7年12月19日（金）　19:00～20:30		
会　　場	生涯学習センター きらめき　3階　304室		
内　　容	労働法は労働者を対象として法的保護を与えることを目的とします。では、配達員などとして働くプラットフォーム就労者も労働者に含めてよいでしょうか。一緒に考えましょう。　講師：追手門学院大学法学部教授　井村真己さん		
対象・定員	中学生を除く15歳以上、先着40人	費　用	無料
申込方法	12月1日（月）9:00から、HPから電子申請、電話または窓口		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、12月11日（木）までに要申込		
そ の 他	詳細は広報「いばらき」またはHPよりご確認ください。		

◆茨木市×追手門学院大学法学部連携講座「著作権法をめぐる最近の話題」

日　　時	令和8年2月25日（水）　14:00～15:30		
会　　場	生涯学習センター きらめき　3階　304室		
内　　容	日ごろ、SNS、写真や動画の利用などでかかわる場面の多い著作権法について、基本的な知識や、AIと著作権など最近注目を集める話題まで紹介を予定しています。　講師：追手門学院大学法学部准教授　志賀典之さん		
対象・定員	先着40人	費　用	無料
申込方法	2月1日（日）9:00から、HPから電子申請、電話または窓口		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、2月16日（月）までに要申込		
そ の 他	詳細は広報「いばらき」またはHPよりご確認ください。		

◆茨木市×追手門学院大学法学部連携講座「法と法的思考への誘い ―法学入門―」

日　　時	令和8年3月25日（水）　14:00～15:30		
会　　場	生涯学習センター きらめき　3階　304室		
内　　容	法学の初心者を対象に、法の性質・はたらきや法的なものの考え方の特徴を説明します。高校生から高齢者まで、法学に関心のある多様な世代や背景の方々の参加を歓迎します。　講師：追手門学院大学法学部教授　服部高宏さん		
対象・定員	先着40人	費　用	無料
申込方法	3月1日（日）9:00から、HPから電子申請、電話または窓口		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、3月16日（月）までに要申込		
そ の 他	詳細は広報「いばらき」またはHPよりご確認ください。		

◆茨木市×藍野大学連携講座「はつらつと生きるための健康測定会」

日　　時	令和8年3月5日（木）　9:00～13:00（うち45分）、12日（木）　10:00～11:30		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　302・303室		
内　　容	皆様のお体の健康度を測定します（糖化度、骨密度、血管年齢、体組成、筋力など）。また、測定結果に関連した講座を測定から1週間後に実施し、はつらつと生きるためのヒントとなる情報を提供します（測定と講座の2回構成）。		
対象・定員	40人（多数の場合抽選）	費　用	無料
申込方法	（日未定）までに、電子申込または往復ハガキ（必着、1枚に1人）に郵便番号、住所、名前（フリガナ）、年齢、電話番号、3月5日（木）9:00～13:00の間で都合が悪い時間、一時保育の希望を記載して、生涯学習センター「茨木市×藍野大学連携講座係」まで		
持ち物・服装	筆記用具、動きやすい服装、靴		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、要申込		
そ の 他	詳細な内容は、広報「いばらき」でご確認下さい。同意が得られた方のデータを一部研究に使用させていただくことがございます。		

きらめき主催講座等問合せ先	茨木市立生涯学習センター　〒567-0028　茨木市畑田町1番43号 TEL：072-624-8182　E-mail：kirameki@city.ibaraki.lg.jp

◆茨木市×明治安田生命保険相互会社連携講座「脳を活性化！大人の塗り絵講座～花を塗ろう～」

日　　時	令和8年1月22日（木）　14:00～15:30		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　304室		
内　　容	初めての方でも上手に仕上げられる、塗り絵のコツや楽しみ方をご紹介します。「バラの花」の塗り方を丁寧に解説します。		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着25人	費　用	無料
申込方法	1月7日（水）9:00から、当センターHPから電子申込、または窓口、電話での申込		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月14日（水）までに要申込		

◆茨木市×明治安田生命保険相互会社連携講座「脳を活性化！大人の塗り絵講座～動物を塗ろう～」

日　　時	令和8年1月29日（木）　14:00～15:30		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　304室		
内　　容	初めての方でも上手に仕上げられる、塗り絵のコツや楽しみ方をご紹介します。「猫」の塗り方を丁寧に解説します。		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着25人	費　用	無料
申込方法	1月7日（水）9:00から、当センターHPから電子申込、または窓口、電話での申込		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月21日（水）までに要申込		

◆茨木市×近畿中央ヤクルト販売（株）連携講座「認知症の予防法は日々の生活にある！～予防の良い習慣・悪い習慣～」

日　　時	令和7年12月17日（水）　13:30～14:30		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　304室		
内　　容	認知症予防に効果的な食生活とライフスタイルを学びます。		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着40人	費　用	無料
申込方法	12月1日（月）9:00から、当センターHPから電子申込、または窓口、電話での申込		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、12月8日（月）までに要申込		

◆茨木市×近畿中央ヤクルト販売（株）連携講座「健康の秘訣は健やかな腸から」

日　　時	令和8年1月21日（水）　13:30～14:30		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　304室		
内　　容	「腸内フローラ」とは？あなたの腸年齢は？なぜ乳酸菌は腸に良いといわれるのかを学びます。		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着40人	費　用	無料
申込方法	1月7日（水）9:00から、当センターHPから電子申込、または窓口、電話での申込		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月12日（月祝）までに要申込		

◆茨木市×近畿中央ヤクルト販売（株）連携講座「自分でできる花粉症対策～軽減するための秘訣とは～」

日　　時	令和8年2月19日（木）　13:30～14:30		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　304室		
内　　容	花粉症のメカニズム、つらい花粉症の軽減と予防策の秘訣を学びます。		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着40人	費　用	無料
申込方法	2月2日（月）9:00から、当センターHPから電子申込、または窓口、電話での申込		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、2月11日（水）までに要申込		

◆茨木市×近畿中央ヤクルト販売（株）連携講座「ロコモと骨粗鬆症と寝たきり予防」

日　　時	令和8年3月23日（月）　13:30～14:30		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　304室		
内　　容	寝たきりを予防する筋肉や骨について解説します。		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着40人	費　用	無料
申込方法	3月4日（水）9:00から、当センターHPから電子申込、または窓口、電話での申込		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、3月15日（日）までに要申込		

◆茨木市×茨木シニアICTアソシエーション連携事業　Myスマホで学ぶ役に立つアプリ

日　　時	令和8年1月16日・23日・30日、2月6日（各金曜日）　13:00～14:30　（全4回連続講座）		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　305室		
内　　容	普段の生活に役に立つアプリの紹介と使用方法です。　講師：茨木シニアICTアソシエーション		
対象・定員	50歳以上の市民、先着15人	費　用	無料
申込方法	令和7年12月8日（月）9:00から、センターの窓口、電話、HPから電子申請で		
持ち物・服装	筆記用具、スマホ		

◆茨木市×茨木シニアICTアソシエーション連携事業　Myスマホで学ぶライン入門

日　　時	令和8年1月16日・23日・30日、2月6日（各金曜日）　15:00～16:30　（全4回連続講座）		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　305室		
内　　容	ラインの機能の説明と使い方です。　講師：茨木シニアICTアソシエーション		
対象・定員	50歳以上の市民、先着15人	費　用	無料
申込方法	令和7年12月8日（月）9:00から、センターの窓口、電話、HPから電子申請で		
持ち物・服装	筆記用具、スマホ		

◆きらめき講座（通年・前期）受講者募集

日　　時	曜日ごと（毎週火曜日は休館日のため除く）に教養講座と実技講座で様々な内容の講座を開講 教養講座：1時間30分、実技講座：2時間
会　　場	生涯学習センターきらめき
内　　容	教養講座：文学、歴史、パソコン、語学（英語・中国語・韓国語・スペイン語・フランス語・ドイツ語）など 実技講座：油絵、水彩、日本画、写真、織物、木工、陶芸、料理、エクササイズ、クラシックギター、和太鼓、リコーダー、ジャズ、将棋、囲碁、茶華道、書道など 詳細は受講生募集案内、またはHPをご覧ください。
対象・定員	中学生を除く15歳以上
費　　用	講座によって異なります。詳細は受講生募集案内またはHPをご覧ください。
申込方法	受講生募集案内綴じ込みのハガキまたはHPから
持ち物・服装	講座によって異なります。詳細は受講生募集案内またはHPをご覧ください。
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、要事前申込
そ の 他	受講生募集案内は令和8年3月1日から市役所、生涯学習センター、図書館などに設置し、生涯学習センターHPのも掲載します。

◆ボランティア講師による「私だけのプリズリウムアレンジを作ろう」

日　　時	令和7年12月20日（土）　10:00～12:00		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　302室		
内　　容	アクリルケースにプリザーブドフラワーを飾り付け自分だけのアレンジをしよう。		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着12人	費　用	2,000円
申込方法	12月3日（水）9:00から、HPから電子申請、または電話、窓口		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、12月12日（金）までに要申込		

◆ボランティア講師による「花と癒しのセラピーフラワー」

日　　時	令和8年1月18日（日）　13:00～15:00		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　302室		
内　　容	花の持つ力を借りた芸術療法です。		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着12人	費　用	2,000円
申込方法	1月5日（月）9:00から、HPから電子申請、または電話、窓口		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月10日（土）までに要申込		

きらめき主催講座等問合せ先	茨木市立生涯学習センター　〒567-0028　茨木市畑田町1番43号 TEL：072-624-8182　E-mail：kirameki@city.ibaraki.lg.jp

◆ボランティア講師による「論語塾」

日　　時	令和8年1月25日（日）　10:00～11:30		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　301室		
内　　容	論語の素読と解説　講師：論語指導士　巽 則人さん		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着15人	費　用	無料
申込方法	1月7日（水）9:00から、HPから電子申請、または電話、窓口		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月17日（土）までに要申込		

◆ボランティア講師による「半導体の進化と来たる未来の予想」

日　　時	令和8年1月31日（土）　10:00～11:30		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　302室		
内　　容	AI半導体、AI半導体用メモリー、業界全般の動向について　講師：元電子機器開発センター　谷村稔生さん		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着20人	費　用	無料
申込方法	1月7日（水）9:00から、HPから電子申請、または電話、窓口		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月23日（金）までに要申込		

◆ボランティア講師による「動けるすっきりボディ作り」

日　　時	令和8年2月1日（日）　10:00～11:30		
会　　場	生涯学習センターきらめき　2階　多目的スタジオ		
内　　容	足裏・骨盤・体幹・呼吸をうまく使って若々しい身体を作ります。 講師：トータルボディスペシャリスト　三宅ゆみさん		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着14人	費　用	無料
申込方法	1月8日（木）9:00から、HPから電子申請、または電話、窓口		
持ち物・服装	水分補給用の飲み物、タオル2枚、動ける服装		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月24日（土）までに要申込		

◆ボランティア講師による「可愛い花束を自分で作ろう」

日　　時	令和8年2月21日（土）　13:00～15:00		
会　　場	生涯学習センターきらめき　3階　302室		
内　　容	自分らしい花束を作ろう。		
対象・定員	中学生を除く15歳以上の市民、先着12人	費　用	2,000円
申込方法	2月4日（水）9:00から、HPから電子申請、または電話、窓口		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、2月13日（金）までに要申込		

◆第113回室内楽演奏会

日　　時	令和8年1月10日（土）　13:00開演		
会　　場	生涯学習センターきらめき　2階　きらめきホール		
内　　容	新進気鋭の若き音楽集団 NOVA MUSIKER（ノヴァ ムシカー）が、皆様に心地良い室内楽を提供します。 ピアノ、ヴァイオリンなどの演奏で名曲をお楽しみいただけます。内容未定のため、同センターHPの追加情報でご確認ください。		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	申込不要		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月5日（月）17:00までに要申込		

◆第113回きらめきピアノ演奏会

日　　時	令和8年1月10日（土）　15:30開演		
会　　場	生涯学習センターきらめき　2階　きらめきホール		
内　　容	一般応募のこどもから大人による演奏会です。		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	申込不要		
一時保育	あり（有料、満1歳から就学前まで）、1月5日（月）17:00までに要申込		

◆ランチタイムコンサート≪令和7年12月≫

日　　時	令和7年12月　①6日（土）　②13日（土）　③20日（土）　12:00～13:00
会　　場	生涯学習センターきらめき　1階　エントランスホール
内　　容	音楽など、日ごろの活動の成果を来館者の方に楽しんでいただきます。 ①Saxophoneアンサンブルコンサート<CANY Luxe Saxophone Quartet> ②クリスマスゴスペル&ミニミニワークショップ<Be Hopeful Choir> ③ギターとウクレレのジョイントコンサート<茨木ギターアンサンブル&モモ・ウクレレクラブ>
対象・定員	制限なし　　費　用　無料
申込方法	申込不要

≪令和8年1月≫　※日程、内容以外は令和7年12月と同じ

日　　時	令和8年1月　①11日（日）　②17日（土）　③24日（土）　④31日（土）
内　　容	①「ここあ」と「マノアマナ」でおくるハワイの風・太陽<ここあ&マノアマナ> ②二胡で奏でる心に沁みる懐かしの曲<アンサンブル藍花> ③ちょっと懐しいあの歌<Akiko> ④ゴスペルコンサート< “Aqua” ゴスペルサークル>

≪2月≫　※日程、内容以外は令和7年12月と同じ

日　　時	令和8年2月　①8日（日）　②12日（木）　③21日（土）　④23日（月祝）
内　　容	①フルート演奏<朝日嗣雄さん> ②懐メロ・昭和歌謡・童謡・唱歌などの歌唱<ルンルンメモリー> ③暖かき愛の歌（オペラ）<声楽グループフェリーチェ> ④童謡・唱歌の歌唱（声楽）<浪波小町>

≪3月≫　※日程、内容以外は令和7年12月と同じ

日　　時	令和8年3月　①7日（土）　②21日（土）　③29日（日）
内　　容	①腹話術<大友海サークル> ②昭和歌謡・懐メロ・オリジナル曲の演奏<White Flame> ③春のさわやかコンサート<Eふれんず>

生涯学習センター展示コーナー作品展

日　　時	令和7年12月～令和8年3月　9:00～18:00　※各展示の日程はお問い合わせください。
内　　容	きらめき講座受講生作品展 「楽しい写真教室」「楽しい手織」「楽しい絵織」「書の教室」「ジュニアのための硬筆・筆ペン講座」 「油絵・水彩」「日本画」

きらめき主催講座等問合せ先	茨木市立生涯学習センター　〒567-0028　茨木市畑田町1番43号 TEL：072-624-8182　E-mail：kirameki@city.ibaraki.lg.jp

人権・平和

◆人権連続講座

日　　時	①令和7年12月13日　②令和８年1月24日　③2月21日　④3月14日（各土曜日） ①13:30～15:30　②～④10:30～12:00		
会　　場	総持寺いのち・愛・ゆめセンター（総持寺二丁目5-36）		
内　　容	①地域でハンセン病問題を考える　②暮らしの中にある差別・排除を考える ③共生のまちづくり～同和対策審議会答申の意義を考える～ ④無意識の中の偏見に気づく／アンコンシャス・バイアスを考える		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	電子申込、電話または窓口		
問合せ先	総持寺いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-626-5660　E-mail：sojiji_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆WAMジェンダーシアター

日　　時	令和7年12月15日（月）　14:00から、令和8年1月19日（月）　10:00から、3月27日（金）　19:30から		
会　　場	男女共生センターローズWAM　地下2階　ワムホール（元町4-7）		
内　　容	性差に縛られることのない生き方や、自分らしさについて考える映画上映会です。		
対象・定員	小学生以上（小学生は保護者同伴）、180人	費　用	無料
申込方法	毎月5日（休所日なら翌日）9:00から電子申込、電話、窓口、先着順		
一時保育	有料、先着順、1歳以上の未就学児、利用日の7日前（休所日を除く）17:00までに申込		
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp		

◆いばらきみなみ地域人権連続講座

日　　時	令和7年12月～令和8年3月上旬（時間未定）		
会　　場	沢良宜いのち・愛・ゆめセンター（沢良宜浜三丁目12-19）		
内　　容	未定		
対象・定員	各回100人、録画配信各100人	費　用	無料
申込方法	電子申込、電話または窓口		
一時保育	有料、先着順、1歳から未就学の子ども、利用日の7日前（休所日を除く7日前）17:00までに申込		
問合せ先	沢良宜いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-635-7667　E-mail：sawaragi_ai@city.ibaraki.lg.jp		

情報の申し込み方法の中に「〒567-8505」と記載されていることがありますが、これは茨木市役所専用の郵便番号です。住所を記入しなくても茨木市役所に届きます。

防災・安全

◆普通救命講習Ⅲ

日　　時	令和8年2月15日（日）　13:00～16:00		
会　　場	消防本部　4階　会議室（東中条町2-13）		
内　　容	主に小児、乳児、新生児に対する心肺蘇生法（胸骨圧迫と人工呼吸）およびAEDの取り扱いや、大出血時の止血法の知識と技術を習得するものです。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学者、先着25人	費　用	無料
申込方法	救命講習受講申込書（様式第1）の提出または簡易電子申込システムによる申込		
持ち物・服装	動きやすい服装		
問合せ先	救急管理課　TEL：072-622-6959　E-mail：kyukyukanri@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	駐車場はありませんので、公共交通機関でご来場ください。		

◆パパママ救急講習

日　　時	令和8年2月18日（水）　10:30～11:30
会　　場	おにクル2階　多目的室C1、C2（駅前三丁目9-45）
内　　容	乳幼児時期に起こりやすいケガ・病気、いざという時の応急手当を学ぶものです。こどもと一緒に参加可能です。
対象・定員	市内在住、在勤、在学の、おおむね3歳までのこどもがいる保護者など、妊娠中の方とその家族、先着15組
費　　用	無料
申込方法	簡易電子申込システムによる申込
持ち物・服装	動きやすい服装
問合せ先	救急管理課　TEL：072-622-6959　E-mail：kyukyukanri@city.ibaraki.lg.jp
そ の 他	駐車場はありませんので、公共交通機関でご来場ください。

◆普通救命講習Ⅰ

日　　時	令和8年2月21日（土）、3月21日（土）　13:00～16:00		
会　　場	消防本部　4階　会議室		
内　　容	主に成人に対する心肺蘇生法（胸骨圧迫と人工呼吸）およびAEDの取り扱いや、異物除去法および大出血時の止血法の知識と技術を習得するものです。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学者、先着25人	費　用	無料
申込方法	救命講習受講申込書（様式第1）の提出または簡易電子申込システムによる申込		
持ち物・服装	動きやすい服装		
問合せ先	救急管理課　TEL：072-622-6959　E-mail：kyukyukanri@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	駐車場はありませんので、公共交通機関でご来場ください。		

◆上級救命講習

日　　時	令和8年3月15日（日）　9:00～17:00		
会　　場	消防本部　4階　会議室		
内　　容	成人・小児・乳児・新生児に対する心肺蘇生法（胸骨圧迫と人工呼吸）およびAEDの取り扱いや、大出血時の止血法、傷病者管理法、外傷の手当て、傷病者搬送法の知識と技術を習得するものです。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学者、先着25人	費　用	無料
申込方法	救命講習受講申込書（様式第1）の提出または簡易電子申込システムによる申込		
持ち物・服装	昼食、動きやすい服装		
問合せ先	救急管理課　TEL：072-622-6959　E-mail：kyukyukanri@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	駐車場はありませんので、公共交通機関でご来場ください。		

福 祉

◆お茶処ひなた（オレンジかふぇ）

日　　時	毎月第2水曜日　14:00～15:30		
会　　場	葦原多世代交流センター（新和町21－27）		
内　　容	認知症の人やその家族、地域の人など誰もが気軽に集える『憩いの場』として、また、認知症に関する相談や取り組みによる交流と情報交換などのコミュニティ活動ができる場の提供・支援として開催します。		
対象・定員	制限なし	費　用	100円（茶菓子代）
申込方法	申込不要		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆あしはら認知症サポーター養成講座

日　　時	①令和7年12月2日（火）、令和8年2月3日（火）、3月3日（火）　②令和8年1月23日（金） ①10:30～12:00　②14:00～15:30		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	認知症に関する正しい知識と対応を理解し、認知症サポーターとしてできることを学び認知症本人やそのご家族を見守る応援者になるための講習です。		
対象・定員	60歳以上の市民、20人	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆介護技術講習会「プロに学ぼう介護のいろは～移動・移乗介助編」

日　　時	令和8年1月14日（水）　13:30～15:00		
会　　場	大阪行岡医療大学（総持寺一丁目1-41）　※JR・阪急総持寺駅下車徒歩6分		
内　　容	移動介助や移乗（ベッドから車いすなどへの乗り移り）介助について、「てこの原理」を用いて、介護する側もされる側も心地よく、負担のない方法について実技を交えプロから学びます。		
対象・定員	市民、市民の家族、市内在勤、在学、先着40人	費　用	無料
申込方法	令和7年12月1日（月）9:00から、電話（072-620-1637）、E-mail（keroyan@city.ibaraki.lg.jp）、 または右図の二次元コードから申込 E-mailで申込の場合　①名前　②住所　③電話番号を記入してください。		
持ち物・服装	筆記用具、運動のできる上履き、タオル、飲み物		
問合せ先	長寿介護課　TEL：072-620-1637　E-mail：keroyan@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	会場は土足禁止です。講習会終了後、オンデマンド配信を予定しています。		

◆認知症サポーター養成講座

日　　時	平日、おおむね90分		
会　　場	会場（市内）の手配や準備、それらに係る費用は依頼者負担です。		
内　　容	認知症に関する正しい知識と対応、認知症サポーターにできることについて学びます。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学の10人以上の団体・グループ	費　用	無料
申込方法	電子申込		
持ち物・服装	筆記用具		
問合せ先	茨木市認知症地域支援推進員（社会福祉法人慶徳会地域相談支援室）　TEL：072-657-7717		
そ の 他	右図の二次元コードからお申込みください。		

情報の申し込み方法の中に「〒567-8505」と記載されていることがありますが、これは茨木市役所専用の郵便番号です。住所を記入しなくても茨木市役所に届きます。

健康・くらし

◆大阪府茨木保健所　こころの健康相談

日　　時	平日（土日祝、年末年始を除く）　9:00～17:45		
会　　場	電話および来所面接など。来所の場合は大阪府茨木保健所（大住町8-11）		
内　　容	統合失調症、うつ病、依存症などの精神疾患、こころの健康について、精神保健相談員が相談に応じます。 一人で悩まず、まずはお電話ください。		
対象・定員	茨木保健所管内（茨木市・摂津市・島本町）にお住まいの方	費　用	相談無料
申込方法	電話（072-624-4668）で。自動音声ガイダンスが流れましたら「4」を押してください。		
問合せ先	大阪府茨木保健所　地域保健課　精神保健福祉チーム　TEL：072-624-4668		

◆スマホ相談

日　　時	令和8年3月18日までの毎週水曜日、祝日の場合は翌日に振替（12月31日は除く）　各日9:00～17:00		
会　　場	市役所南館　1階　ロビー（駅前三丁目8-13）		
内　　容	スマホの基本操作やちょっとした疑問などのお悩みを解決します。LINEなどのアプリの利用方法についてもご相談いただけます。また、スマホをお持ちでない方も貸出機でスマホの体験ができます。		
対象・定員	市民、1回の相談につき30分以内（予約優先）	費　用	無料
申込方法	受付時間9:00～17:00（土・日・祝日および12月29日～1月3日を除く）に電話（0120-507-870）で予約 予約に空きがあれば当日受付可		
持ち物・服装	スマホ（お持ちの方）		
問合せ先	デジタル戦略課　TEL：072-620-1607　E-mail：digitalsenryaku@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	スマホをお持ちでない方も、貸出機がございますので、お気軽にご相談ください。		

◆ほっと・ふれ愛ラジオ体操〈沢良宜いのち・愛・ゆめセンター〉

日　　時	毎週月・水・金曜日（年末・年始、祝日を除く）　9:00～9:20		
会　　場	沢良宜いのち・愛・ゆめセンター（沢良宜浜三丁目12-19）		
内　　容	ラジオ体操、元気いばらき体操で健康な体づくりを応援します。		
対象・定員	制限なし、約15人	費　用	無料
申込方法	当日先着		
持ち物・服装	動きやすい服装		
問合せ先	沢良宜いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-635-7667　E-mail：sawaragi_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆ほっと・ふれ愛ラジオ体操〈総持寺いのち・愛・ゆめセンター〉

日　　時	毎週水曜日（年末・年始、祝日を除く）　9:15～9:45		
会　　場	総持寺いのち・愛・ゆめセンター（総持寺二丁目5-36）		
内　　容	ラジオ体操、元気いばらき体操で健康な体づくりを応援します。月1回、体操の後に健康講話や交流会なども行っています。		
対象・定員	制限なし、約15人	費　用	無料
申込方法	当日先着		
持ち物・服装	動きやすい服装		
問合せ先	総持寺いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-626-5660　E-mail：sojiji_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆モーニングヨガ教室

日　　時	毎月1・3火曜日　9:00～10:00		
会　　場	葦原多世代交流センター（新和町21-27）		
内　　容	高齢者向けのヨガ教室による健康づくりです。朝の時間を有効活用しましょう！		
対象・定員	60歳以上の市民、15人	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で（第1・3火曜日の10:00から次回予約開始）		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆あしたせ踊りで楽しもう！

日　　時	毎月第1・3火曜日　10:30～12:00		
会　　場	葦原多世代交流センター（新和町21-27）		
内　　容	オリジナルの踊りや盆踊りなどの民踊を中心とした輪踊りによる運動です。簡単で楽しい踊りで筋力を維持しましょう。初心者の方や見学の方もどうぞ。		
対象・定員	60歳以上の市民、先着25人	費　用	無料
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆脳トレプリント

日　　時	毎月第2・4金曜日　9:30～12:00の時間内で自由にご参加下さい。		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	お茶とお菓子をいただきながら楽しく数独やクロスワードパズルなどのプリントやパズルを解いて脳のトレーニングをしましょう。		
対象・定員	60歳以上の市民	費　用	無料（茶菓子付き）
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆健康体操

日　　時	毎月第1～4木曜日　10:30～11:30		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	身体・骨盤のゆがみをなおし、内臓を正しく動かして健康寿命を延ばしましょう。		
対象・定員	60歳以上の市民	費　用	500円（受講料）
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆パッチワーク教室

日　　時	毎月第1・3木曜日（1月は15日、29日）　13:30～15:30		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	高齢者向けに初心者から中級向けの教室です。先生が作って下さったキットを使います。		
対象・定員	60歳以上の市民、先着15人	費　用	無料（別途材料費は必要）
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	裁縫セット、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆元気アップ！！体操

日　　時	毎月第1・3金曜日（1月は16日、30日）　10:30～12:00		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	転倒予防・生活習慣病予防・認知機能低下予防・介護予防を中心とし、主に椅子に座って行う運動です。		
対象・定員	60歳以上の市民	費　用	無料
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆元気！いばらき体操

日　　時	毎月第2・4水曜日　10:30～12:00		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	運動機能向上・栄養改善・口腔機能向上・閉じこもり予防・うつ予防・転倒予防・認知機能低下予防・生活習慣病予防・介護予防を中心とした運動です。		
対象・定員	60歳以上の市民	費　用	無料
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆スクエアステップエクササイズ

日　　時	毎月第4土曜日　10:30～11:30		
会　　場	葦原多世代交流センター（新和町21-27）		
内　　容	転倒予防・生活習慣予防・認知機能向上・介護予防を中心とした運動です。スポーツ医学や健康体力学・加齢体力学を専門にする大学教員により開発された科学的エビデンスに基づくエクササイズです。		
対象・定員	60歳以上の市民、先着25人	費　用	無料
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆運動療法体操　健康の集い

日　　時	毎月第2金曜日　13:30～15:00		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	専門の先生による講座・簡単な体力測定・運動療法体操の3部構成です。 医師、看護師、栄養士、理学療法士など毎回違う専門家のお話の講座です。		
対象・定員	60歳以上の市民	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆あしたせカラオケ倶楽部

日　　時	毎月第1土曜日（1月は10日）　9:30～12:00　※曜日は祝日などで変わることがあります。		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	いろんな人と一緒にカラオケを楽しみましょう！おひとりでもふらっとお越しください。		
対象・定員	60歳以上の市民	費　用	100円
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆健康寿命アップ教室

日　　時	毎月第4金曜日（3月は13日）　10:30～11:30		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	月替わりで保健師による季節に応じたお話または外部講師によるお話といばらき体操やDVDを使って運動をします。		
対象・定員	60歳以上の市民	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆たそがれコンサート

日　　時	毎月１回、土日祝のいずれか　16:30～17:30		
会　　場	男女共生センターローズWAM　1階　エントランスホール（元町4-7）		
内　　容	月に1回、たそがれ時に1階エントランスでコンサートを開催します。どなたでも参加できます。		
対象・定員	制限なし、約35人	費　用	無料
申込方法	申込不要		
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp		

◆大阪府茨木保健所　市民講演会「若者に多い依存症のサインとサポート」

日　　時	令和8年１月9日（金）まで
会　　場	YouTubeによる限定配信
内　　容	若者に増えている依存症（ゲーム・ネット、市販薬・処方薬など）をテーマに、中学生・高校生の保護者、大学生、一般の方を対象に、大阪精神科診療所協会と共催でオンデマンド配信型の市民講演会を開催します。 https://www.pref.osaka.lg.jp/o100130/ibarakihoken/kokoro/seishinevent.html
対象・定員	茨木保健所管内（茨木市・摂津市・島本町）に在住、在勤、在学の方
費　　用	無料（通信にかかる費用は各自で負担）
申込方法	インターネット申込
問合せ先	大阪府茨木保健所　地域保健課　精神保健福祉チーム　TEL：072-624-4668

◆連続ミニ講話

日　　時	令和7年12月1日（月）　9:20から15分程度		
会　　場	沢良宜いのち・愛・ゆめセンター（沢良宜浜三丁目12-19）		
内　　容	ニュースポーツ体験		
対象・定員	30人	費　用	無料
申込方法	申込不要、直接センターへ		
問合せ先	沢良宜いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-635-7667　E-mail：sawaragi_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆シルバー入会説明会

日　　時	毎月2回開催　令和7年12月4日・11日、令和8年1月8日・15日、2月5日・12日、3月5日・12日（各木曜日） 13:30～16:00（時間厳守）		
会　　場	茨木市シルバー人材センター（東奈良四丁目4-1）		
内　　容	生きがいの充実や社会参加を希望される高齢者に対して、仕事や地域活動を通じて健康・生きがいづくり、地域社会に貢献してみたい方へのシルバー入会説明会です。		
対象・定員	60歳以上の市民、各30人	費　用	無料
申込方法	シルバー人材センターへ電話申込（受付時間9:00～17:00、ただし土・日・祝日は休み）		
持ち物・服装	筆記用具（入会手続きに必要な持ち物は、電話申込時に説明します）		
問合せ先	茨木市シルバー人材センター　TEL：072-634-8990　FAX：072-634−9449 E-mail：ibarakiscm@tea.ocn.ne.jp		

◆ゆるやか女子会

日　　時	①令和7年12月12日、令和8年2月13日（各金曜日）　②1月17日、3月21日（各土曜日）　13:30～16:00		
会　　場	男女共生センターローズWAM(元町4-7)		
内　　容	①コラージュ　②パステルアート　アートに取り組みながら、自身をみつめます。		
対象・定員	人間関係や生きづらさに悩む16歳以上の女性、各先着5人	費　用	無料
申込方法	電子申込、電話または窓口		
一時保育	有料、先着順、1歳以上の未就学児、利用日の7日前（休所日を除く）17:00までに申込		
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp		

◆楽しく学ぶ初心者のパソコン教室

日　　時	ワード（応用）：令和7年12月19日（金）・22日（月）・24日（水）　9:30～11:30 エクセル（応用）：12月19日（金）・22日（月）・24日（水）　13:30～15:30 年賀状（文面）：12月11日（木）　9:30～11:30、年賀状（宛名）：12月11日（木）　13:30～15:30 （実施日や講座内容の詳細は、広報「いばらき」、シルバーＨＰに掲載します）
会　　場	茨木市シルバー人材センター
内　　容	パソコン操作が初めての高齢者をはじめ、初心者の方でも理解いただけるよう、独自のテキストにより、ゆっくりと丁寧に学習を進めます。
対象・定員	制限なし、特にパソコン超初心者の方、エクセル・ワードが初めての方、10人
費　　用	1講座1,500円（回数券あり：5回分6,000円）
申込方法	各講座の3日前までにFAX（072-634-9449）またはハガキ（講座名と日時、住所、名前、年齢、電話番号、FAX番号を記入）
持ち物・服装	筆記用具
問合せ先	茨木市シルバー人材センター　TEL：072-634-8990　FAX：072-634-9449 E-mail：ibarakiscm@tea.ocn.ne.jp

◆相談フォロー付きスマホ講座

日　　時	令和7年12月17日（水）　10:00～12:00		
会　　場	総持寺いのち・愛・ゆめセンター（総持寺二丁目5-36）		
内　　容	動画とカメラ活用編～ YouTubeとGoogleレンズを中心に体験します。		
対象・定員	15人	費　用	無料
申込方法	電子申込、電話または窓口		
問合せ先	総持寺いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-626-5660　E-mail：sojiji_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆スマホ教室

日　　時	①令和7年12月19日（金）　②令和8年2月20日（金）　13:30～15:30（15:00～15:30は質問タイム）		
会　　場	葦原多世代交流センター（新和町21-27）		
内　　容	ソフトバンクさんによるスマホ教室です。自由に質問できる時間も設けています。 ①災害の備え　②セキュリティ・健康管理編		
対象・定員	60歳以上の市民、先着15人	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆男性のステップアップ講座　①ヨガ教室　②初心者のための料理

日　　時	①令和7年12月20日（土）　10:00～12:00　②令和8年2月22日（日）　9:30～12:00
会　　場	男女共生センターローズWAM　①ローズホール　②料理工房（元町4-7）
内　　容	男性の家庭生活・地域活動への参画などにつなげ、豊かな生活の一助となることを目指して、ヨガ教室と料理教室を開催します。
対象・定員	16歳以上の市内在住、在勤、在学の男性限定　①先着10人　②先着8人
費　　用	①無料　②材料費要
申込方法	①12月5日（金）　②2月5日（木）9:00から電子申込、電話または窓口
持ち物・服装	①マット（バスタオル）、タオルなど　②エプロン、三角巾、持ち帰り容器など
一時保育	有料、先着順、1歳以上の未就学児、利用日の7日前（休所日を除く）17:00までに申込
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp

◆私のモヤモヤスッキリ！感情ケア講座

日　　時	令和7年12月20日（土）、令和8年2月19日（木）　10:00～11:45　（毎回同じ内容を開催）		
会　　場	男女共生センターローズWAM		
内　　容	不安や怒りの感情とうまくつきあっていく方法を学び、生活のなかでのさまざまなモヤモヤをスッキリさせましょう。		
対象・定員	どなたでも、各回先着10人	費　用	無料
申込方法	電子申込、電話または窓口		
持ち物・服装	筆記用具		
一時保育	有料、先着順、1歳以上の未就学児、利用日の7日前（休所日を除く）17:00までに申込		
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp		

◆シニア向け英語講座

日　　時	令和7年12月20日（土）、令和8年1月28日（水）　10:00～11:00		
会　　場	総持寺いのち・愛・ゆめセンター（総持寺二丁目5-36）		
内　　容	シニア向け英語講座です。		
対象・定員	各回15人	費　用	無料
申込方法	電話または窓口		
問合せ先	総持寺いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-626-5660　E-mail：sojiji_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆音楽を使ってフレイル予防とごっくんトレーニング

日　　時	①令和7年12月20日（土）、令和8年2月21日（土）　②1月31日（土）　10:30～12:00		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	①音楽を使って楽しく身体を動かしてフレイル予防　②嚥下（ごっくん）トレーニング 認知症リハビリテーション専門士が身体機能・認知機能の低下を予防する方法を伝えます。		
対象・定員	60歳以上の市民、先着20人	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）、500mｌの水、フェイスタオル（長細いタオル）または手ぬぐい		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆くらしのお金学習会

日　　時	令和8年2月7日（土）　13:30～15:30		
会　　場	豊川いのち・愛・ゆめセンター（豊川四丁目4-28）		
内　　容	いつも後回しにしまいがちな暮らしにまつわるお金のことについて、向かい合う機会です。当センターで専門相談も受け持っていただいている先生に、丁寧に解説していただきます。		
対象・定員	おおむね15歳以上の市内在住、在勤、在学、15人	費　用	無料
申込方法	電話、FAX、窓口、E-mail、HP、ロゴフォーム		
問合せ先	豊川いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-643-2069　E-mail：toyokawa_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆ヤクルト連続講座

日　　時	令和8年2月10日（火）　10:30～11:30		
会　　場	葦原多世代交流センター（新和町21-27）		
内　　容	ヤクルトさんによる講座です。（健腸ビンゴセミナー）		
対象・定員	60歳以上の市民、先着15人	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆いまさら聞けない！スマートフォン個別相談会

日　　時	令和8年2月上中旬　10:00～16:00		
会　　場	沢良宜いのち・愛・ゆめセンター（沢良宜浜三丁目12-19）		
内　　容	主に高齢者を対象に、愛センター職員がスマートフォンでの困り事などを個別にお聞きし、解決できるよう支援します。		
対象・定員	主に高齢者、各日午前・午後で2人ずつ	費　用	無料
申込方法	電話または窓口		
持ち物・服装	スマートフォン		
問合せ先	沢良宜いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-635-7667　E-mail：sawaragi_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆市民交流講座「手作り講座」

日　　時	令和8年3月14日（土）　13:30～15:00
会　　場	障害福祉センターハートフル　3階　交流室（片桐町4-26）
内　　容	季節に応じた作品。
対象・定員	18歳以上の市民、10人、応募者多数の場合は抽選（障害者優先）
費　　用	材料代600円（作品によって変わります）
申込方法	受付開始日より、電話またはFAX、直接（名前、住所、電話番号、障害の有無など）
問合せ先	障害福祉センターハートフル　TEL：072-620-9818　FAX：072-620-9812

◆就労支援Cafè「3's Cafè（さんず・かふぇ）」
～地域の方・学生・教職員が自由に活用できる持続可能なパブリックスペースを目指して～

日　　時	開催日未定、不定期、下記藍野大学HPで随時お知らせしています。　10:30～14:30（予定）		
会　　場	藍野大学　M・L・C棟　1階（東太田四丁目5-4）		
内　　容	地域の就労者と藍野大学の学生が協働し、「出張カフェ」を基盤とした、工芸品やお菓子、ハンドメイド物品の販売、展示会などを実施しています。詳しくは藍野大学HPをご覧ください。 https://univ.aino.ac.jp/about/cooperation_projects/		
対象・定員	制限なし	費　用	不要（営業日、時間をご確認の上、お気軽にご来場ください）
申込方法	申込不要		
問合せ先	学校法人藍野大学医療保健学部理学療法学科教員　髙田昌寛　a-takada@pt-u.aino.ac.jp（内線299） 不定期営業のため、事前にHPなどで営業日、営業時間のご確認をお願いします。		
そ　の　他	自動車での来校はご遠慮くださいますようお願いいたします。		

子育て・教育

■こども食堂

こども食堂は、こどもがひとりでも立ち寄れて、みんなと楽しく食事をしたり、遊んだり、勉強することができる場所です。

◆かるがも子ども食堂

日時	毎週水曜日・土曜日　16:30～19:30（夕食時間18:00～19:00）		
会場	コミュニティデイハウス「かるがも」内（鮎川二丁目26-21）		
対象・定員	小・中学生	費用	小・中学生100円
申込方法	かるがも子ども食堂へ電話、登録制		
問合せ先	かるがも子ども食堂　TEL：072-637-8108		
その他	募集中：ボランティア、食材、消耗品		

◆ベンポスタ・みんな食堂（NPO法人はっちぽっち）

日時	毎月第1土曜日　11:00～12:30		
会場	沢良宜いのち・愛・ゆめセンター分館（沢良宜浜三丁目11-13）		
対象・定員	どなたでも	費用	こども（18歳未満）100円、おとな300円以上
申込方法	先着順		
問合せ先	ベンポスタ・みんな食堂　TEL：072-648-7980		
その他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：ボランティア、お米、肉、消耗品		

◆茨木子ども食堂（NPO法人茨木子ども食堂）

日時	毎月各1回から　17:00～19:00　詳しい日程は「茨木子ども食堂」Facebookを確認ください。		
会場	①春日コミセン（上穂積二丁目13-30）　②春日丘公民館（下穂積三丁目5-5） ③水尾コミセン（水尾二丁目9-15）　④玉櫛コミセン（沢良宜東町5-39）　⑤大池コミセン（舟木町11-35） ⑥中津コミセン（桑田町13-29）　⑦郡コミセン（郡五丁目12-11）		
対象・定員	こどもと保護者	費用	こども100円、保護者300円
申込方法	先着順（予約制のところもあり）		
問合せ先	茨木子ども食堂　E-mail：ibarakikodomoshokudou@gmail.com		
その他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：ボランティア、お米、肉、消耗品		

◆あおいろ食堂@いばこう前

日時	毎月第2日曜日　11:30～13:30		
会場	あおいろ食堂@いばこう前（新庄町1-5）		
対象・定員	こどもと保護者	費用	中学生以下100円、高校生200円、保護者300円
申込方法	先着順		
問合せ先	あおいろ食堂　E-mail：aoiroshokudo.ibaraki@gmail.com		
その他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：肉、魚、消耗品		

◆子民家よってこ食堂（耳原地区福祉委員会）

日時	毎月最終火曜日　17:00～18:00　春・夏・冬休みは毎週火曜日（お盆期間は休み）11:00～13:00		
会場	子民家よってこ食堂・耳原児童遊園内（耳原三丁目6）		
対象・定員	こどもと保護者	費用	こども100円、保護者200円
申込方法	申込不要（約100食なくなり次第閉店します）		
問合せ先	子民家よってこ食堂　TEL：070-7421-5022		
その他	募集中：お米、食材、消耗品		

◆なかよし食堂（NPO法人すかいぶるー）

日　　時	毎週火曜日　16:30～19:00　第5火曜日は除くが、第1～4火曜日に祝日があれば第5火曜日も実施		
会　　場	デイスポット駅前ランド（中総持寺町3-25）		
対象・定員	こどもと保護者	費　用	小学生以下100円、中学生以上のこども・保護者200円
申込方法	なかよし食堂へ電話、予約制		
問合せ先	なかよし食堂　TEL：072-633-7587		
そ の 他	募集中：おかし、お米、食材、消耗品		

◆ごはん屋MINT（NPO法人わんだーらんど）

日　　時	毎月第4水曜日　①17:30から　②18:00から　③18:30から		
会　　場	男女共生センターローズWAM　1階　WAMCafe（元町4-7）		
対象・定員	こどもと保護者	費　用	こども100円、保護者300円
申込方法	ごはん屋MINTへ電話、予約制		
問合せ先	ごはん屋MINT　TEL：090-2942-4257		
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：ボランティア、食材、消耗品		

◆ハッピー食堂（公益社団法人茨木市シルバー人材センター）

日　　時	毎月第3金曜日　17:00～19:00		
会　　場	茨木市シルバー人材センター（東奈良一丁目4-1）		
対象・定員	こどもと保護者	費　用	こども100円、おとな（中学生以上）300円
申込方法	先着順（予約制）		
問合せ先	ハッピー食堂　TEL：072-634-8990		
そ の 他	募集中：学生ボランティア、お米、食材、消耗品		

◆道祖本子ども食堂「にこにこ」

日　　時	毎週土曜日　11:00～12:30		
会　　場	豊川いのち・愛・ゆめセンター（豊川四丁目4-28）		
対象・定員	小学生～高校生	費　用	小学生～高校生無料
申込方法	道祖本子ども食堂「にこにこ」へ電話、先着順		
問合せ先	道祖本子ども食堂「にこにこ」　TEL：072-643-2069		
そ の 他	募集中：ボランティア、お米、食材、消耗品		

◆地産地消こども食堂satono

日　　時	毎月第3金曜日　17:30～19:00
会　　場	季節のごはんカフェ satono（新中条町一丁目1-30）
対象・定員	18歳までのこどもと保護者
費　　用	18歳までのこども100円、保護者300円、テイクアウト200円
申込方法	地産地消こども食堂satonoへ電話、先着順
問合せ先	季節のごはんカフェ satono　TEL：072-627-8222
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：肉・魚、消耗品

◆みらい食堂えこんち

日　　時	毎月第3土曜日　①12:00～13:30　②13:30～15:00
会　　場	水餃子の店「ハルビン」（西駅前町8-5）
対象・定員	障害などがある18歳までのこどもと保護者
費　　用	障害がある18歳までのこども無料（みらいチケット使用）、保護者300円
申込方法	みらい食堂えこんちへ電話、予約制
問合せ先	みらい食堂えこんち　TEL：072-623-2500、090-2103-8750
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：ボランティア、消耗品

◆ママとコごはん

日　　時	毎月1回（詳しい日程はInstagramで）		
会　　場	三島コミセン（西河原二丁目7-12）		
対象・定員	こどもと保護者	費　用	高校生以下100円、保護者500円
申込方法	ママとコごはんへ公式LINEまたはInstagram、予約制		
問合せ先	ママとコごはん　公式LINEまたはInstagram		
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：ボランティア、お米、食材、消耗品		

◆平日お昼のこども食堂「いばーっしょ」

日　　時	毎週金曜日　11:30～15:00		
会　　場	ユースプラザEASTちょい（総持寺二丁目5-36）		
対象・定員	こどもと保護者	費　用	こども100円、保護者300円
申込方法	いばーっしょへE-mailまたは公式LINE（ID検索で[@841dalgt]）またはInstagram		
問合せ先	いばーっしょ　E-mail：iba23iba06@gmail.comまたは公式LINE（ID検索で[@841dalgt]） またはInstagram		
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：こども（小中学生）と遊んでくれる学生ボランティア、お米、食材、消耗品		

◆フリースクール内子ども食堂「なっちゃんとこ」（NPO法人はぐくみ）

日　　時	月1回以上　12:00～13:00（詳しい日程はInstagramで）		
会　　場	市内コミセン（主に春日コミセン、郡コミセン）		
対象・定員	こどもと保護者	費　用	こども無料、保護者100円
申込方法	なっちゃんとこへInstagramまたはHP、予約制		
問合せ先	なっちゃんとこ　InstagramまたはHP		
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：ボランティア、お米、食材、消耗品		

◆みんな食堂SORA

日　　時	毎月1回土曜日　11:30～13:30
会　　場	おにクル（駅前三丁目9-45）またはたんぽぽtriangle学園（玉櫛二丁目11-24）
対象・定員	どなたでも
費　　用	乳幼児100円、小学生200円、中学生以上・おとな300円、小学生対象クッキング500円
申込方法	先着順（食育クッキングは予約制）
問合せ先	みんな食堂SORA　E-mail：npo.sora1212@gmail.com
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：ボランティア、お米

◆むすびとまなび食堂（むすびや 寺こや）

日　　時	毎週月曜日　12:00～13:00		
会　　場	三島コミセン（西河原二丁目7-12）		
対象・定員	どなたでも	費　用	こども100円、大人500円
申込方法	むすびとまなびへ公式LINEまたは各種SNSに掲載しているGoogleフォーム、予約制		
問合せ先	むすびとまなび食堂　Email：saikouji.terakoya@gmail.com		
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：ボランティア、お米、食材、消耗品		

◆SOMPO流子ども食堂（SOMPOケア株式会社）

日　　時	①毎月第4火曜日　②毎月第4土曜日　③毎月第2土曜日　④毎月第3土曜日 ①17:30から夕食、食後にレクリエーション　②10:30からレクリエーション、11:30から昼食 ③11:00から昼食、食後にレクリエーション　④11:30から昼食、食後にレクリエーション
会　　場	①そんぽの家茨木東奈良（東奈良三丁目8-13）　②そんぽの家S茨木春日（春日四丁目6-14） ③そんぽの家茨木島（島四丁目8-8）　④そんぽの家S茨木中穂積（中穂積三丁目16-16）
対象・定員	こどもと保護者　　費　用　こども無料、保護者300円
申込方法	各そんぽの家へ電話またはE-mail
問合せ先	①そんぽの家茨木東奈良　TEL：072-652-0485　E-mail：ibarakihigashinara_m@sompocare.com ②そんぽの家S茨木春日　TEL：072-645-6561　E-mail：ibarakikasuga_m@sompocare.com ③そんぽの家茨木島　TEL：072-634-1744　E-mail：ibarakishima_m@sompocare.com ④そんぽの家S茨木中穂積　TEL：072-631-2701　E-mail：ibarakinakahozumi_m@sompocare.com
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。

◆みんなの食堂どろっぷす

日　　時	毎月1～2回土曜日（詳しい日程は公式LINE、Instagramまたは店頭チラシでご確認ください）11:00～13:00
会　　場	みんなの食堂どろっぷす（大池二丁目11-8）
対象・定員	どなたでも
費　　用	18歳以下のこども・70歳以上の方・障がいのある方無料、大人300円（協力金として）
申込方法	先着順
問合せ先	みんなの食堂どろっぷす　公式LINEまたはInstagram
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：ボランティア、お米、食材、消耗品

◆Ohanaこども食堂

日　　時	毎月1回（詳しい日程はInstagramでご確認ください）　16:00～18:00 こども食堂実施日とは別日にお弁当の配布を行っています。
会　　場	Ohanaこども食堂（西福井一丁目1-3）
対象・定員	どなたでも　　費　用　無料
申込方法	Ohanaこども食堂へ公式LINEから予約
問合せ先	Ohanaこども食堂　TEL：072-643-2303
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：お米、食材、おかし、消耗品など

◆みんなの食堂「クローバーたましま」

日　　時	毎月第4土曜日　10:30～14:30
会　　場	玉島公民館（平田二丁目25-9）
対象・定員	乳幼児とその保護者、小・中学生、高齢者
費　　用	乳幼児・小学生・中学生100円、おとな300円
申込方法	申込不要
問合せ先	みんなの食堂「クローバーたましま」Instagram
そ の 他	詳細は右図のQRコードから読み取り願います。 募集中：お米、食材、おかし、消耗品など

◆こども食堂寄付サイト

こども食堂はボランティアの皆さんの協力や食材の寄付などで運営されています。継続的な運営をおこなうため、応援よろしくお願いします。
市ＨＰで、各こども食堂の活動状況などをわかりやすく公開していますので、ぜひご覧ください。右図のQRコードから読み取り願いします。
こども政策課　TEL：072-620-1625

◆あしたせ親子リズム体操

日　　時	毎月第1水曜日　10:00～11:00		
会　　場	葦原多世代交流センター（新和町21-27）		
内　　容	リズムに乗って親子で楽しく身体を動かしましょう。		
対象・定員	市内在住の1歳～未就園児とその保護者、先着15組	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆あしたせベビーマッサージ

日　　時	毎月第3水曜日　10:00～11:00		
会　　場	葦原多世代交流センター		
内　　容	ベビーマッサージと保護者のストレッチ・交流。毎回、保健師さんがいますので小さな困りごとでも相談できます。		
対象・定員	市内在住の12か月児以下と保護者、先着8組	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	バスタオル、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆夜間自習室（英語学習サポートあり）

日　　時	令和8年3月までの各月第1・3水曜日　18:00～20:30　（全12回）		
会　　場	沢池多世代交流センター（南春日丘五丁目1-8）		
内　　容	19:30から英語の先生が待機し、英語に関するサポートもしてくれる夜間自習室になります。		
対象・定員	中学生と高校生	費　用	無料
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	筆記用具、学習したい教材、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	沢池多世代交流センター　TEL：072-624-1177		

◆学習ルーム

日　　時	毎週土・日曜日　9:00～17:00		
会　　場	南茨木多世代交流センター（東奈良三丁目16-14）		
内　　容	中・高生のためのお部屋の開放。無料wi-fiあります。		
対象・定員	市内在住、在学の中・高生	費　用	無料
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	南茨木多世代交流センター　TEL：072-632-0101		
そ の 他	車でのご来館はご遠慮ください。		

◆あみもの広場

日　　時	月2回、土曜日　13:30から		
会　　場	南茨木多世代交流センター		
内　　容	シニアの方から編み物を習います。カギ針で、オリジナルを作ります。		
対象・定員	市内在住の18歳以下、先着若干名	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	水分補給のための飲み物、かぎ針、毛糸、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	南茨木多世代交流センター　TEL：072-632-0101		
そ の 他	車でのご来館はご遠慮ください。		

◆こどもフラダンス講座

日　　時	月2回、土曜日　13:30から		
会　　場	南茨木多世代交流センター		
内　　容	こども向けのフラダンスです。ハワイアンミュージックに合わせて、身体を動かします。		
対象・定員	市内在住の小学生、先着若干名	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	南茨木多世代交流センター　TEL：072-632-0101		
そ の 他	車でのご来館はご遠慮ください。		

◆おやこひろば「ぴよぴよ」

日　　時	毎週火・水・木曜日　9:00～15:00		
会　　場	南茨木多世代交流センター（東奈良三丁目16-14）		
内　　容	お友だち作りや交流の場にお部屋の開放をします。飲食可。不定期月1回保健師来館。		
対象・定員	市内在住の0歳～未就園児	費　用	無料
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	南茨木多世代交流センター　TEL：072-632-0101		
そ の 他	車でのご来館はご遠慮ください。		

◆中央公民館　日本語読み書き学級

日　　時	令和7年12月5日～令和8年3月13日（各金曜日）　10:00～12:00　（12回）		
会　　場	生涯学習センターきらめき　304室（畑田町1-43）		
内　　容	日本語について不自由されている方々のために、日本語の読み書きを学習していただくとともに、日本や他国の風習や文化を理解し精神的安定を図ります。		
対象・定員	市内在住、在学、在勤、15歳以上、50人	費　用	無料
申込方法	中央公民館の窓口または電話		
持ち物・服装	あり（有料、1歳から就学前まで）		
問合せ先	中央公民館　TEL：072-622-1256		
そ の 他	休館日：火曜日		

◆梅花クリスマス・デイ －Baika Christmas Day－

日　　時	令和7年12月13日（土）　11:00～15:30		
会　　場	梅花女子大学　茨木エレガンスキャンパス（宿久庄二丁目19-5）		
内　　容	梅花が贈る、クリスマス。梅花の学びを体験できるワークショップのほか、チアリーディング、「劇団この花」によるパフォーマンスも。おこさまも楽しめる、こどもフェスタを同時開催いたします。どなたでもお越しください。		
対象・定員	どなたでも	費　用	入場無料
申込方法	予約不要、一部有料、要予約のワークショップもあるため詳細はHPでご確認ください。 https://www.baika.ac.jp/xmas/		
一時保育	一時保育はありませんが、授乳・おむつ替えスペースはあります。		
問合せ先	梅花女子大学　入試広報部　広報グループ　TEL：072-643-6343　E-mail：kikaku@baika.ac.jp		
そ の 他	会場へは梅花のスクールバス（無料）をご利用ください。お車でのご来場はご遠慮ください。		

◆追大生といっしょに♪グローバルゲームタイム

日　　時	令和7年12月14日（日）　10:30～11:00、11:30～12:00		
会　　場	庄栄コミュニティセンター　2階　和室（庄二丁目26-12）		
内　　容	追手門学院大学の学生といっしょにゲームや絵本を通して多言語にふれる行事です。		
対象・定員	4歳以上小学3年生以下とその保護者、各回先着10組	費　用	無料
申込方法	市HP記載の申込フォーム、庄栄図書館の窓口または電話で受付中		
問合せ先	庄栄図書館　TEL：072-620-1171		

◆学びたいむ～一時保育つき自習・作業スペース　らぶ～

日　　時	令和7年12月17日（水）、令和8年1月16日（金）、2月18日（水）、3月12日（木） 9:00～12:00までのお好きな時間		
会　　場	男女共生センターローズWAM（元町4-7）		
内　　容	忙しいママ・パパを応援！資格取得や趣味のスキルアップなど「学びの場」と「自分と向き合う時間」にご利用ください。		
対象・定員	1歳から未就学のこどもの保護者	費　用	無料
申込方法	電子申込		
持ち物・服装	広報「いばらき」やHPを参照ください。		
一時保育	有料、先着順、1歳以上の未就学児、利用日の7日前（休所日を除く）17:00までに申込		
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp		

◆いばらきベイビー＆キッズプロジェクト　ヒョーゲンアソビノバ

日　　時	令和7年12月17日（水）　10:30～15:00（出入自由・最終入場14:30）		
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　2階　多目的ホール（駅前四丁目6-16）		
内　　容	こどももおとなもひとりひとりそれぞれがそれぞれの表現を安心して試して楽しむための表現遊びの場。 自由に、思いきり表現するたのしさを一緒に体感してみましょう！会場にある楽器や楽器でないものから、どんな音がでるのかな？リボンや布からどんな動きが生まれるのかな？紙とペンでどんな世界がひろがるかな？		
対象・定員	なし（推奨：0～5歳のお子様と保護者）	費　用	無料
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	動きやすい服装、汚れてもよい服でご参加ください。		
問合せ先	（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/		
そ の 他	会場は土足禁止です。混雑時は入場をお待ちいただくことがあります。		

◆庄栄図書館おはなし会スペシャル

日　　時	令和7年12月20日（土）　11:00～11:20、11:30～11:50		
会　　場	庄栄図書館　2階　おはなし室（庄二丁目26-12）		
内　　容	おはなし会ボランティアさんによる、絵本のよみきかせや楽しいおはなしです。今回は冬のおはなしを中心にスペシャルバージョンでお送りします。		
対象・定員	4歳以上、定員なし	費　用	無料
申込方法	申込不要、当日直接会場にお越しください。		
問合せ先	庄栄図書館　TEL：072-620-1171		

◆じぶんだけのクリスマスカードをつくろう！

日　　時	令和7年12月20日（土）　13:30～14:30、15:00～16:00		
会　　場	中央図書館　2階　多目的室（畑田町1-51）		
内　　容	切ったり貼ったりしてとびだすクリスマスカードを作ります。図書館友の会萠との共催イベントです。		
対象・定員	3歳以上小学生以下（保護者同伴可）、各回先着15組	費　用	無料
申込方法	12月6日（土）9:30から、市HP記載の申込フォーム、中央図書館の窓口または電話		
持ち物・服装	使いやすいハサミ		
問合せ先	中央図書館　TEL：072-627-4129		

◆自分ひとりで本を楽しむ日

日　　時	令和7年12月25日（木）、令和8年1月25日（日）、2月25日（水）、3月25日（水） 9:00～12:00までの好きな時間		
会　　場	男女共生センターローズWAM　5階　501号室（元町4-7）		
内　　容	こどもを保育室に預けて、自分らしく生きるための本と出会う時間を提供します。		
対象・定員	1歳以上の未就学児の保護者で市内在住、在勤、在学の方	費　用	無料
申込方法	毎月5日（休所日なら翌日）9:00から電子申込、先着順		
持ち物・服装	ローズWAMの図書利用カード（当日作成可）		
一時保育	有料、先着順、1歳以上の未就学児、利用日の7日前（休所日を除く）17:00までに申込		
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp		

◆WAMくらぶ

日　　時	令和7年12月、令和8年2月～3月に開催、実施時間は広報「いばらき」やHPを参照ください。 2回と3回コースの連続講座		
会　　場	男女共生センターローズWAM		
内　　容	子育て中に知っておきたい男女共同参画の気づきを多くの方に発信する2回と3回コースの連続講座。 楽しく学び、遊び、リフレッシュしましょう。		
対象・定員	1歳から未就学のこどもの保護者	費　用	無料（材料費が必要な講座あり）
申込方法	電子申込		
持ち物・服装	広報「いばらき」やHPを参照ください。		
一時保育	有料、先着順、1歳以上の未就学児、利用日の7日前（休所日を除く）17:00までに申込		
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp		

◆ぱぱっこくらぶ

日　　時	令和8年1月18日（日）　10:00～12:00		
会　　場	男女共生センターローズWAM(元町4-7)		
内　　容	2部制。1部はパパ同士が、リラックスした雰囲気の中で子育てトーク（座談会）。 2部は親子で遊びます。（パネルシアターなど）		
対象・定員	1歳から未就学のこどもの男性保護者	費　用	無料
申込方法	電子申込		
持ち物・服装	広報「いばらき」やHPを参照ください。		
一時保育	有料、先着順、1歳以上の未就学児、利用日の7日前（休所日を除く）17:00までに申込		
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp		

◆おとう飯始めよう！

日　　時	令和8年1月24日（土）、3月8日（日）　10:00～12:30
会　　場	男女共生センターローズWAM　3階　料理工房
内　　容	男性の保護者と子での料理教室を開催。男性の家事参画を応援します！
対象・定員	市内在住の保護者（男性）と小学生（2人まで）、先着8組（初めての方優先）
費　　用	有料（材料費、開催日や人数による）
申込方法	電子申込
持ち物・服装	エプロン、三角巾、タオル、台ふき、食器ふきん、お茶、持ち帰り容器
一時保育	有料、先着順、1歳以上の未就学児、利用日の7日前（休所日を除く）17:00までに申込
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp

◆浪速少年院　見学デー

日　　時	令和8年1月31日（土）　13:30～15:00		
会　　場	浪速少年院（郡山一丁目10-17）		
内　　容	非行少年の健全育成に向けて取り組む法務教官などの仕事を知ることができます。 青少年に対する指導・支援についてご関心のある方は、是非、お越しください。		
対象・定員	先着30人（中学生以下の方は、保護者の付添が必要になります）		
申込方法	電話申込、072-643-5065（自動音声6番→3番）		
持ち物・服装	筆記用具、動きやすい服装	費　用	無料
問合せ先	浪速少年院　TEL：072-643-5065（自動音声6番→3番）		
そ　の　他	自家用車で来られる方は、申込み時に連絡願います。		

◆多言語おはなし会

日　　時	令和8年1月（日時未定）		
会　　場	おにクル　2階　おはなしのいえ（駅前三丁目9-45）		
内　　容	外国語絵本の読み聞かせや、多文化についての資料を紹介します。		
対象・定員	定員なし	費　用	無料
申込方法	申込不要、当日直接会場にお越しください。		
問合せ先	おにクルぶっくぱーく　TEL：072-622-2476		

◆恐竜工作ワークショップ「みんなで実験！気流に乗せて翼竜を飛ばそう」

日　　時	令和8年2月14日（土）　11:00～12:00		
会　　場	おにクル　3階　リハーサル室		
内　　容	テレビやラジオ出演多数、全国でトークショーや体験教室を開催している「恐竜くん」がおにクルにやってきます。 翼竜について学んだあと、発泡スチロールで翼竜の模型を作って実験します。		
対象・定員	小学生と保護者、先着30組	費　用	無料
申込方法	令和7年12月13日（土）12:00から、市HP記載の申込フォーム		
問合せ先	おにクルぶっくぱーく　TEL：072-622-2476		

◆恐竜トークショー「恐竜の不思議教えます！」

日　　時	令和8年2月14日（土）　14:00～15:30		
会　　場	おにクル　4階　ゴウダホール（駅前三丁目9-45）		
内　　容	こどもから大人まで誰もが親しみやすい言葉と得意の恐竜イラストを駆使して、「恐竜くん」が謎と発見に満ちた奥深き恐竜の世界へご案内します。		
対象・定員	800人、定員を超えた場合は抽選	費　用	無料
申込方法	令和7年12月10日（水）12:00から27日（土）に、市HP記載の申込フォームから受付。または12月10日（水）から27日（土）（消印有効）までに、通常ハガキに参加者全員の名前（ハガキ1枚に5人まで）、郵便番号、住所、電話番号、学年（学生のみ）を記入し、おにクルぶっくぱーく（〒567-0888駅前三丁目9-45）まで郵送してください。 当選者には、令和8年1月末までに当選ハガキを送付します。落選者には連絡いたしません。あらかじめご了承のうえ、ご応募ください。申込期間内に定員に達しない場合は2月7日（土）までウェブのみ受付延長します。		
問合せ先	おにクルぶっくぱーく　TEL：072-622-2476		

◆バリアフリー映画会

日　　時	令和8年2月28日（土）　14:00から（開場：13:30）		
会　　場	おにクル　1階　きたしんホール		
内　　容	障害のある人もない人もみんなで楽しめる映画会です。セリフや情景を説明する「音声ガイド」や「日本語字幕」がついています。上映作品「映画　すみっコぐらし　青い月夜のまほうのコ」		
対象・定員	100人	費　用	無料
申込方法	（日未定）9:30から、市HP記載の申込フォーム、中央図書館窓口または電話		
問合せ先	中央図書館　TEL：072-627-4129		
そ の 他	障害などの状況により、配慮が必要な方は申込みの際にお知らせください。		

◆茨木市音楽芸術協会 あっちこっちコンサート Angel Harmony 歌の宝石箱 vol.16

日　　時	令和8年3月14日（土）　14:00開演、13:30開場		
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール（駅前四丁目6-16）		
内　　容	出演：ソプラノ：浅野京子、川野良子、冨岡晶子、密井ひと恵、南 佳江 メゾソプラノ：大越智比咲英、中原由美子 、ピアノ：市川未来 ほか		
対象・定員	制限なし	費　用	1,000円、3歳以下無料
申込方法	調整中（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　web：https://www.ibabun.jp/		
問合せ先	茨木市音楽芸術協会（代表）　TEL：090-6351-3802（下村）		
そ の 他	全席自由		

◆水尾図書館おはなし会スペシャル

日　　時	令和8年3月21日（土）　14:00～14:20、14:30～14:50		
会　　場	水尾図書館　2階　会議室（水尾三丁目3-18）		
内　　容	おはなし会ボランティアさんによる、絵本のよみきかせや楽しいおはなしです。 今回は春のおはなしを中心にスペシャルバージョンでお送りします。		
対象・定員	4歳以上、定員なし	費　用	無料
申込方法	申込不要、当日直接会場にお越しください。		
問合せ先	水尾図書館　TEL：072-637-4416		

◆こどもの本交換会

日　　時	令和8年3月（日未定）　各日10:00～15:00		
会　　場	イオンモール茨木　1階　ウェルカムプラザ（松ケ本町8-30）		
内　　容	絵本や小学校高学年くらいまでのこどもが読める本を2冊までお持ちいただき、カードにメッセージを添えた後、会場内のお好きな本と交換していただけます。		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	申込不要、当日直接会場にお越しください。		
持ち物・服装	交換するこどもの本1人2冊まで		
問合せ先	穂積図書館　TEL：072-620-1056		
そ の 他	雑誌（こどものともなどを含む）、マンガ、テレビ絵本、DVD付絵本、シール絵本、図書館のリサイクル本、汚損や破損がある本、名前の記入がある本は交換できません。		

自然・環境

◆初冬のプラネタリウム一般投影「星のゆく年くる年クリスマス」

日　　時	令和7年12月1日（月）～28日（日）　月、木～日、祝日　1日1～3回（各回45分）		
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム（駅前三丁目9-45）		
内　　容	今夜の星空と季節のテーマを解説員がご案内します。2025年と2026年の天文の話題として、土星の環の消失や皆既月食の情報を紹介。あなたの気になる話題はどれですか。		
対象・定員	各回56人	費　用	大人400円、中学生～4歳200円、3歳以下無料
申込方法	当日券売		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　https://www.onikuru.jp/kitashin-planetarium/		

◆プラネタリウム「おとなTime」

日　　時	令和7年12月12日、令和8年1月9日、2月13日、3月13日（各金曜日）　13:30～14:15		
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム		
内　　容	ゆっくり静かに星空を楽しむ時間。※投影内容は一般投影と同じです。		
対象・定員	主対象：大人、各回56人	費　用	大人400円、中学生～4歳200円、3歳以下無料
申込方法	当日券売		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　https://www.onikuru.jp/kitashin-planetarium/		

◆プラネタリウム「ちびっこ投影」

日　　時	令和7年12月13日（土）・15日（月）、令和8年1月17日（土）・19日（月）、2月14日（土）・16日（月） 3月14日（土）・16日（月）　10:15から（各回30分）、12月のみ11:15からも
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム
内　　容	プラネタリウムデビューに最適。小さなおこさまも楽しめる特別投影。
対象・定員	主対象：未就学児と家族、各回56人
費　　用	大人400円、中学生～4歳200円、3歳以下無料
申込方法	WEB申込（先着順）
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　https://www.onikuru.jp/kitashin-planetarium/

◆天体観望会

日　　時	令和7年12月13日（土）18:30～19:30、令和8年1月25日（日）　18:30～19:30 2月21日（土）　19:00～20:00		
会　　場	おにクル		
内　　容	望遠鏡や電子観望システムを使って、月や惑星、天体たちを見てみましょう。		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	時間中、自由参加。		
持ち物・服装	夜間屋外でのイベントとなるので、それにあわせた服装を。		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　https://www.onikuru.jp/kitashin-planetarium/		

◆プラネタリウム特別投影「クリスマススペシャル～聖なる星と生演奏～」

日　　時	令和7年12月21日（日）　第1部：17:30～18:15、第2部：19:00～19:45		
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム		
内　　容	チェロとバイオリンのデュオ生演奏♪聖なる夜に星と音楽に包まれるスペシャル投影です。 チェロ：福田奈央子、バイオリン：松本尚子		
対象・定員	主対象：大人、56人	費　用	1,000円
申込方法	WEB申込（先着順）		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　https://www.onikuru.jp/kitashin-planetarium/		

◆冬のプラネタリウム一般投影「皆既月食と食」

日　　時	令和8年1月4日（日）～3月2日（月）　月、木～日、祝日　1日1～3回（各回45分）		
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム（駅前三丁目9-45）		
内　　容	今夜の星空と季節のテーマを解説員がご案内します。人気の天文現象のひとつでもある「食・掩蔽(えんぺい)」。地球の影に月が隠れる「月食」のしくみと、3月3日におこる皆既月食について詳しく解説します。		
対象・定員	各回56人	費　用	大人400円、中学生～4歳200円、3歳以下無料
申込方法	当日券売		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　https://www.onikuru.jp/kitashin-planetarium/		

◆プラネタリウム特別投影「身近な異世界の楽しみ方」

日　　時	令和8年1月24日（土）　16:30～17:45		
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム		
内　　容	大阪市立科学館館長　吉岡克己さんによる特別投影。見えるけれど手の届かない異世界「星空」を、科学の視点を持ちつつ天体観測とは異なる楽しみ方を紹介いただきます。		
対象・定員	主対象：大人、56人	費　用	500円
申込方法	WEB申込（先着順）		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　https://www.onikuru.jp/kitashin-planetarium/		

◆わくわく簡単あずま袋つくり

日　　時	令和8年1月31日（土）　10:00から		
会　　場	男女共生センターローズWAM（元町4-7）		
内　　容	エコグッズ作りと環境家計簿を通して環境について考えます。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学の18歳以上の方、先着20人	費　用	300円
申込方法	市HPの専用フォームまたは環境政策課へ電話		
問合せ先	環境政策課　TEL：072-620-1644　E-mail：kankyoseisaku@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	いばらき環境（エコ）ポイントを5ポイント付与		

◆身近な環境と向き合う講座　野鳥探鳥をしよう

日　　時	令和8年2月7日（土）　10:00～15:00		
会　　場	西河原公園～耳原公園		
内　　容	西河原公園から耳原公園までを歩きながら野鳥探鳥をします。 講師：茨木市環境教育ボランティア　宇佐文哲さん、川島芳子さん、多田裕子さん、広江典子さん、松田清子さん		
対象・定員	市内在住、在勤、在学の方、先着15人	費　用	無料
申込方法	市HPの専用フォームまたは環境政策課へ電話		
持ち物・服装	昼食、飲み物、双眼鏡、図鑑、歩きやすい靴、服装		
問合せ先	環境政策課　TEL：072-620-1644　E-mail：kankyoseisaku@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	いばらき環境（エコ）ポイントを5ポイント付与。前日の時点で実施日当日の降水確率が60%以上の場合は中止します。		

◆プラネタリウム特別投影「バレンタインスペシャル～愛を伝える日の星と生演奏～」

日　　時	令和8年2月14日（土）　第1部：17:30～18:15、第2部：19:00～19:45		
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム		
内　　容	チェロとバイオリンのデュオ生演奏♪バレンタインデーの星と音楽のスペシャル投影です。 チェロ：福田奈央子、バイオリン：松本尚子		
対象・定員	主対象：大人、56人	費　用	1,000円
申込方法	WEB申込（先着順）		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　https://www.onikuru.jp/kitashin-planetarium/		

◆いばらきの自然を守るための「外来生物ワークショップ」

日　　時	令和8年2月（日未定）　10:00から、13:00から		
会　　場	天王公民館（天王二丁目13-71）		
内　　容	骨格標本やアクリル封入標本を観察したり、塗り絵を楽しみながら外来生物の特徴を学び、茨木市に侵入している外来生物の防除を考えます。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学の方（小学生以下は保護者も参加）、各回先着25人	費　用	無料
申込方法	市ＨＰの専用フォームまたは環境政策課へ電話		
持ち物・服装	12色の色鉛筆		
問合せ先	環境政策課　TEL：072-620-1644　E-mail：kankyoseisaku@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	いばらき環境（エコ）ポイントを5ポイント付与		

◆春のプラネタリウム一般投影「みなみじゅうじ」

日　　時	令和8年3月5日（木）～4月30日（木）　月、木～日、祝日　1日1～3回（各回45分）		
会　　場	おにクル　きたしんプラネタリウム（駅前三丁目9-45）		
内　　容	今夜の星空と季節のテーマを解説員がご案内します。「南十字星」はみなみじゅうじ座という星座です。どのような特徴があるのでしょうか。また日本から全て見える場所とは！？		
対象・定員	各回56人	費　用	大人400円、中学生～4歳200円、3歳以下無料
申込方法	当日券売		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　https://www.onikuru.jp/kitashin-planetarium/		

◆サイエンスアワースペシャル「かがくの広場」

日　　時	令和8年3月29日（日）　10:30～16:00		
会　　場	おにクル　１階　きたしんホール・オープンスペース		
内　　容	科学・工作の体験ブースが大集合！市民活動団体の皆さんと一緒に、大人もこどもも科学に触れてみませんか？		
対象・定員	制限なし	費　用	入場無料（材料費など別途必要な場合あり）
申込方法	申込不要		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　https://www.onikuru.jp/kitashin-planetarium/		

◆環境家計簿情報交換会（仮）

日　　時	令和8年3月（日未定）　13:30から		
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）（駅前四丁目6-16）		
内　　容	ゲームを通して環境を学び、生活の中のエコの取組みについて考えます。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学の方（小学生以下は保護者同伴）、先着20人	費　用	無料
申込方法	市ＨＰの専用フォームまたは環境政策課へ電話		
問合せ先	環境政策課　TEL：072-620-1644　E-mail：kankyoseisaku@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	いばらき環境（エコ）ポイントを5ポイント付与		

産業・仕事・観光

◆公的職業訓練

日　　時	基本的には平日毎日、訓練期間は2～6か月、1年、2年など受講するコースにより異なります。 9:00頃から16:00頃（受講するコースにより異なります）
会　　場	実施場所は受講するコースにより異なります。
内　　容	再就職に必要なスキルや知識を、職業訓練を受講することにより習得。訓練受講により得た知識を活かして、早期の再就職を目指していただく制度です。
費　　用	受講料は無料（一部有料コースがあります）（教材費や交通費は自己負担となります）。雇用保険受給者の方で一定の要件を満たす場合、訓練延長給付などを受給することができます。雇用保険を受給できない方・受給を終了した方で一定の要件を満たす場合、職業訓練受講給付金を受給することができます。
対象・定員	再就職を目指して積極的に求職活動をしている方（自己啓発や資格の取得のみを目指す方は対象外となります）
申込方法	ハローワークの窓口で職業相談を行い、申込書を提出
一時保育	一部託児サービス付きの職業訓練あり
問合せ先	茨木公共職業安定所　職業訓練コーナー　TEL：072-623-2551（43#）

◆いばらきイルミフェスタ灯（AKARI）

日　　時	令和7年11月28日（金）～令和８年1月12日（月祝）　期間中点灯時間：17:00～23:00		
会　　場	JR茨木駅前、阪急茨木市駅前、元茨木川緑地 ほか		
内　　容	駅や商店街、対象店舗といったスポットをイルミネーションできらびやかに装飾します。 またスポットを巡るラリーやフォトコンテストなどの参加型企画も実施予定です。		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
問合せ先	いばらきイルミフェスタ実行委員会事務局　TEL：072-646-9761		
そ の 他	詳細はイルミフェスタ実行委員会HP参照（https://ibaraki-akari.osaka.jp/）		

◆三市一町合同就職フェア

日　　時	令和8年1月21日（水）　13:00～16:00（受付は12:45～15:00）　受付終了時間が変更になる場合があります。		
会　　場	摂津市立コミュニティプラザ（摂津市南千里丘5-35）		
内　　容	茨木市、高槻市、摂津市、島本町合同で就職面接会のほか、雇用保険・年金相談、福祉のお仕事相談、職場のお悩み相談などを行います。		
対象・定員	求職中の方	費　用	無料
申込方法	申込不要		
持ち物・服装	履歴書（写真付、面接希望企業数分）、ハローワークカード（登録されている方）、筆記用具		
問合せ先	商工労政課　TEL：072-620-1620　E-mail：syokorosei@city.ibaraki.lg.jp		

◆茨木で夢をかなえる！創業セミナー

日　　時	令和8年2月6日（金）　18:30～20:30		
会　　場	おにクル　会議室1（駅前三丁目9-45）		
内　　容	茨木で創業する魅力を広く市内外の方に知っていただくため、活用可能な創業支援制度の紹介や、市内で創業した方の講演、金融機関で融資を受ける際のポイント、資金計画の立て方のコツについての講義を行います。		
対象・定員	創業に興味のある方・創業に向けて準備をしている方、30人程度	費　用	無料
申込方法	窓口、FAX、E-mail、電子申込で商工労政課へ		
持ち物・服装	名刺（あれば）		
問合せ先	商工労政課　TEL：072-620-1620　E-mail：syokorosei@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	茨木市創業支援ネットワークとの共催によるセミナーです。		

歴史・文化

■公民館区　文化展・文化祭

内　　容	公民館などで制作された作品や練習成果の発表		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	申込不要		

◆安威公民館区　文化展

日　　時	令和7年12月6日（土）　13:30～16:00・7日（日）　9:30～15:30
会　　場	安威小学校（安威二丁目21-23）
問合せ先	安威公民館　TEL：072-641-2399（9:00～12:00）
そ の 他	休館日：火曜日

◆東奈良公民館区　文化展

日　　時	令和8年1月31日（土）　13:00～16:00、2月1日（日）　10:00～14:30
会　　場	東奈良コミュニティセンター（東奈良三丁目8-5）
問合せ先	東奈良公民館　TEL：072-637-4534（9:00～12:00）

◆豊川公民館区　文化展

日　　時	令和8年2月1日（日）　9:30～14:00
会　　場	豊川コミュニティセンター（藤の里二丁目16―18）
問合せ先	豊川公民館　TEL：072-641-8930（9:00～12:00）

◆白川公民館区　文化展

日　　時	令和8年2月7日（土）　13:00～16:00・8日（日）　10:00～15:00
会　　場	白川公民館（鮎川一丁目8-17）
問合せ先	白川公民館　TEL：072-632-7870（9:00～12:00）
そ の 他	休館日：火曜日

◆水尾公民館区　文化展

日　　時	令和8年2月15日（日）　9:30～15:00
会　　場	水尾コミュニティセンター（水尾二丁目9-15）
問合せ先	水尾公民館　TEL：072-633-0084（9:00～12:00）

◆石河公民館区　文化展

日　　時	令和8年2月15日（日）　10:00～16:00
会　　場	石河公民館（大岩347番地の1）
問合せ先	石河公民館　TEL：072-649-4318（随時在勤）
そ の 他	休館日：火曜日

◆中条公民館区　文化展

日　　時	令和8年2月21日（土）　9:00～12:00・28日（土）　9:00～15:00
会　　場	中条公民館（下中条町3-27）
問合せ先	中条公民館　TEL：072-623-2967（9:00～12:00）
そ の 他	休館日：日曜日・祝日

◆玉櫛公民館区　文化展

日　　時	令和8年2月22日（日）　9:30～15:00
会　　場	玉櫛コミュニティセンター（沢良宜東町5-39）
問合せ先	玉櫛公民館　TEL：072-633-0004（9:00～12:00）

◆葦原公民館区　文化展

日　　時	令和8年3月1日（日）　10:00～15:00
会　　場	葦原コミュニティセンター（新和町21-27）
問合せ先	葦原公民館　TEL：072-637-3286（9:00～12:00）

◆清溪公民館区　文化展

日　　時	令和8年3月1日（日）　10:00～15:00
会　　場	清溪小学校（泉原857）
問合せ先	清溪公民館　TEL：072-649-4855（随時在勤）
そ の 他	休館日：火曜日

◆山手台公民館区　文化展

日　　時	令和8年3月1日（日）　10:00～15:00
会　　場	山手台小学校（山手台四丁目9-4）
問合せ先	山手台公民館　TEL：072-649-1039（9:00～12:00）

◆春日丘公民館区　文化展

日　　時	令和8年3月1日（日）　9:00～15:00
会　　場	春日丘小学校（中穂積三丁目3-43）
問合せ先	春日丘公民館　TEL：072-623-7873（9:00～12:00）
そ の 他	休館日：火曜日

◆畑田公民館区　文化展

日　　時	令和8年3月1日（日）　9:30～14:30
会　　場	畑田小学校（畑田町3-31）
問合せ先	畑田公民館　TEL：072-624-9160（9:00～12:00）

◆ふれあいの囲碁・将棋

日　　時	毎週水曜日（年末・年始、祝日を除く）　13:30～16:00		
会　　場	総持寺いのち・愛・ゆめセンター（総持寺二丁目5-36）		
内　　容	囲碁・将棋を通じて楽しく交流しましょう。ぜひ、お誘いあわせの上お越しください。お一人での参加も可能です。 詳しくは総持寺いのち・愛・ゆめセンターまでお問合せください。		
対象・定員	制限なし、約15人	費　用	無料
申込方法	当日先着		
問合せ先	総持寺いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-626-5660　E-mail：sojiji_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆古文書教室講座

日　　時	初級編：令和7年12月4日・18日、令和8年1月8日（各木曜日）　18:00～19:30 中級編：令和7年12月11日・25日、令和8年1月15日（各木曜日）　18:00～19:30		
会　　場	文化財資料館（東奈良三丁目12-18）		
内　　容	古文書の初心者と解読経験者を対象に、初級編は市域で伝来した古文書を取り上げてその内容や歴史的背景を解説し、中級編は受講者とともに古文書の解読をおこないます。		
対象・定員	18歳以上の市内在住、在勤、在学の方、初級編・中級編各40人	費　用	無料
申込方法	電話、市HPの申込みフォームより申込		
持ち物・服装	筆記用具		
問合せ先	文化財資料館　TEL：072-634-3433　E-mail：shiryokan@city.ibaraki.lg.jp		

◆森田かずよさんとみんなでつくるダンス公演
障害のある人もない人もいっしょに踊ろう！そこから、これから、はぐくまれしもの

日　　時	令和7年12月6日（土）　14:00開演、13:30開場		
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール（駅前四丁目6-16）		
内　　容	＜プログラム＞舞台パフォーマンス、唐川恵美子基調講演、トークセッション		
対象・定員	制限なし	費　用	500円、中学生以下無料
申込方法	発売中（公財）茨木市文化振興財団へ電話またはHP		
問合せ先	（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/		
そ の 他	全席自由		

◆みんなの前でピアノを弾いてみよう～ピアノ弾き合い練習会～

日　　時	令和7年12月13日、令和8年1月17日、2月14日、3月28日（各土曜日）　13:30～15:30		
会　　場	豊川いのち・愛・ゆめセンター（豊川四丁目4-28）		
内　　容	会場の皆さんの前で、舞台に上がってヤマハのグランドピアノを演奏。演奏曲は１人６分以内（出入り含まず）、連弾や他の楽器とのアンサンブルも可。		
対象・定員	人前でピアノを弾く練習をしたい方（年齢、レベル不問）	費　用	6分500円
申込方法	電話、FAX、窓口、E-mail、HP、ロゴフォーム、先着順（HPやちらしなどで注意事項を確認し、申込ください）		
問合せ先	豊川いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-643-2069　E-mail：toyokawa_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆第15回クオリア音楽コンクール　本選

日　　時	【ピアノ】令和7年12月13日（土）、【ヴァイオリン】12月14日（日）　各日11:00から		
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール		
内　　容	豊かな可能性を備えた演奏家を発掘・育成するためのコンクールです。大賞受賞者は来年度の記念コンサートで一流演奏家との共演も！		
対象・定員	就学前のお子様はご遠慮ください。	費　用	観覧無料
申込方法	申込不要		
問合せ先	NPO法人con briO　TEL：090-8889-7286　HP：https://conbrio.or.jp/		
そ の 他	全席自由		

◆ワムワムらくご

日　　時	令和7年12月14日（日）、令和8年1月11日（日）、2月15日（日）、3月8日（日）　14:00～15:30		
会　　場	男女共生センターローズWAM　地下2階　ワムホール（元町4-7）		
内　　容	女性落語家さんによる時節の話題を取り入れた高座（落語）。お気軽にお越しください。		
対象・定員	小学生以上、180人	費　用	500円
申込方法	申込不要		
問合せ先	男女共生センターローズWAM　TEL：072-620-9920　E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp		

◆川端康成文学館テーマ展示：年賀状と書でたどる川端康成

日　　時	令和7年12月20日（土）～令和8年1月31日（土）　9:00～17:00　火曜日、12月28日～1月4日は休館		
会　　場	川端康成文学館　記念室（上中条二丁目11-25）		
内　　容	川端康成が知人に宛てた年賀状や直筆の墨書から、その年の川端の活躍や身辺に起きた出来事について紹介します。		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	申込不要		
問合せ先	川端康成文学館　TEL：072-625-5978		

◆しめなわづくり

日　　時	令和7年12月27日（土）　13:00～16:00		
会　　場	豊川いのち・愛・ゆめセンター		
内　　容	今年は自作のしめなわでお正月を迎えてみませんか。地域で伝承された技を学んでいただくとともに、講師が実際作っていたこども時代の話を教えてもらいましょう。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学、15人	費　用	実費あり
申込方法	電話、FAX、窓口、E-mail、HP、ロゴフォーム		
問合せ先	豊川いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-643-2069　E-mail：toyokawa_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆いばらきプレイバック映画祭

日　時	令和8年1月6日（火）～9日（金）　①10:30　②15:00、各30分前開場		
会　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール（駅前四丁目6-16）		
内　容	6日：鈴木清順「悪太郎」、7日：鈴木清順「けんかえれじい」、8日：岡本喜八「独立愚連隊」 9日：岡本喜八「日本のいちばん長い日」戦後映画界の鬼才・鈴木清順と岡本喜八の作品をフィルム上映		
対象・定員	就学前のお子様はご遠慮ください。	費　用	500円
申込方法	発売中（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/		
問合せ先	（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/		
そ の 他	全席自由		

◆川端康成文学館　ねんてん先生の新春親子俳句教室

日　時	令和8年1月11日（日）　14:00～16:00		
会　場	上中条青少年センター（川端康成文学館併設）　3階　会議室（上中条二丁目11-25）		
内　容	「ねんてん先生」こと坪内稔典さんが指導。大人もこどもも楽しく学べる俳句教室です。		
対象・定員	小学生と保護者（祖父母も可）、先着10組	費　用	無料
申込方法	令和7年12月6日（土）9:30から、WEBで受付、定員になり次第締め切ります。		
問合せ先	川端康成文学館　TEL：072-625-5978		

◆おにクル上方芸能シリーズ vol.2文楽

日　時	令和8年1月17日（土）　19:00開演		
会　場	おにクル　きたしんホール（駅前三丁目9-45）		
内　容	実演とトークで上方芸能の魅力を紹介する「おにクル上方芸能シリーズ」。第2弾は大阪が誇る“文楽”。文楽座で活躍する竹本咲寿太夫さんをゲストに迎え、軽快なトークと実演で文楽の魅力に迫ります。伝統芸能が初めての方にもおすすめです。※人形出演なし		
対象・定員	未就学児は入場できません。	費　用	一般2,000円、U25割1,000円
申込方法	インターネット、電話（0570-02-9696）、窓口		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　HP：https://www.onikuru.jp/		
そ の 他	公演の詳細はおにクル公式HPをご覧ください。HP：https://www.onikuru.jp/performance/21719		

◆ちょっと昔のいばらき展

日　時	令和8年1月21日（水）～3月9日（月）　9:00～17:00		
会　場	文化財資料館（東奈良三丁目12-18）		
内　容	民具や写真資料を中心に、近現代の茨木市域の生活の様子を展示。一部期間、ひな人形の展示もおこないます。		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	申込不要		
問合せ先	文化財資料館　TEL：072-634-3433　E-mail：shiryokan@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	休館日：火曜日（その日が祝日の場合を除く）、祝日の翌日（その日が日曜日の場合を除く）		

◆いばらき観光ウォーク「太田茶臼山古墳と陪冢（ばいちょう）」

日　時	令和8年1月21日（水）　8:40～16:00頃		
会　場	阪急茨木市駅（集合）→花園東和苑バス停→新池ハニワ公園→二子山古墳（ち号陪冢）→さくら公園（ほ号陪冢・に号陪冢）→へ号陪冢→くすのき公園（C号陪冢）→D号陪冢→太田茶臼山古墳（車塚）→太田神社（は号陪冢）→い号陪冢・ろ号陪冢→女九神社→追大総持寺キャンパス前（解散）→ＪＲ茨木駅・阪急茨木市駅		
内　容	太田茶臼山古墳は全国で21番目に大きな古墳です。その周辺には陪冢と呼ばれる、親族や臣下を埋葬した古墳が10基見つかっています。古の時代を想いながら、すべての陪冢を訪ね歩いてみませんか。		
対象・定員	40人（先着順）	費　用	500円
申込方法	1月5日（消印有効）までにハガキまたはE-mailで代表者の住所、名前、電話番号、参加人数を記入し、茨木市観光協会・いばらき観光ウォーク「太田茶臼山古墳」コースまでお申込みください。		
持ち物・服装	昼食、歩きやすい服装		
問合せ先	茨木市観光協会　TEL：072-645-2020　E-mail：w-info@ibaraki-kankou.or.jp		
そ の 他	JR茨木駅から花園東和苑バス停までの交通費（250円）は自己負担です。 状況によりコース・内容は予告なく変更する場合があります。		

◆手作り陶器に挑戦

日　　時	令和8年1月22日・29日、2月5日・19日（各木曜日）　14:00～15:45		
会　　場	豊川いのち・愛・ゆめセンター（豊川四丁目4-28）		
内　　容	あたたかみのある陶器をぜひ作ってみませんか？陶器の手作り体験をします。 1回目、2回目、3回目は陶器づくり、最終日は絵付けのみとなりますので、最終日のみの参加はできません。		
対象・定員	18歳以上の市内在住、在勤、在学、10人	費　用	3,500円
申込方法	電話、FAX、窓口、E-mail、HP、ロゴフォーム		
問合せ先	豊川いのち・愛・ゆめセンター　TEL：072-643-2069　E-mail：toyokawa_ai@city.ibaraki.lg.jp		

◆郷土史教室講座

日　　時	令和8年1月24日（土）　14:00～15:30		
会　　場	文化財資料館（東奈良三丁目12-18）		
内　　容	追手門学院大学教授・西島太郎さんを迎え、「茨木市域の軍事演習と顕彰―太田村・幣山紀念碑を読む―」をテーマに講座を開催。		
対象・定員	当日先着80人	費　用	無料
申込方法	申込不要		
問合せ先	文化財資料館　TEL：072-634-3433　E-mail：shiryokan@city.ibaraki.lg.jp		

◆国際交流の集い

日　　時	令和8年1月25日（日）　時間未定		
会　　場	おにクル（駅前三丁目9-45）		
内　　容	日本文化、外国の文化などを体験できるイベントです。		
対象・定員	制限なし、定員なし	費　用	無料
申込方法	申込不要		
問合せ先	茨木市国際親善都市協会事務局（文化振興課内） TEL：072-620-1810　E-mail：cadifai@city.ibaraki.lg.jp		

◆第28回音芸協コンサート　ピアニカの魔術師ミッチュリーとスクールミュージックフェスティバル

日　　時	令和8年1月25日（日）　14:00開演、13:30開場
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール（駅前四丁目6-16）
内　　容	＜プログラム＞クラシックメドレー ほか　＜出演＞ピアニカの魔術師・ミッチュリー、歌・お話：田邉織恵、音芸協声楽アンサンブル、ピアノ：村崎 愛 ほか
対象・定員	制限なし
費　　用	3,000円、65歳以上・障害者およびその介助者2,500円、小学生1,000円、未就学児500円、3歳以下膝上無料
申込方法	発売中（公財）茨木市文化振興財団 電話またはHP
問合せ先	（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/

◆みんなで楽しむコンサート 鵜木絵里＆中川賢一

日　　時	令和8年1月31日（土）　11:30開演		
会　　場	おにクル　ゴウダホール		
内　　容	聴いて、歌って、手を叩いて―、赤ちゃんも大人もみんなで一緒に音楽を楽しむ45分のコンサートです。昔懐かしい童謡をはじめ、ミュージカル曲やオペラアリアなど、幅広いジャンルの名曲をお届けします。本公演は、車いすやベビーカーなどに座ったままご鑑賞いただける「フリーシート」や、みなさんに居心地よくご鑑賞いただくためのサポートを各種ご用意しております。		
対象・定員	0歳から入場可	費　用	大人1,000円、子ども（4歳～中学生以下）500円、介助者割800円
申込方法	インターネット、電話（0570-02-9696）、窓口		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　HP：https://www.onikuru.jp/		
そ　の　他	公演の詳細はおにクル公式HPをご覧ください。HP：https://www.onikuru.jp/performance/21723		

◆石上真由子ヴァイオリンコンサート

日　　時	令和8年2月7日（土）　14:00開演、13:30開場
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール（駅前四丁目6-16）
内　　容	クライスラー：愛の喜び、愛の悲しみ、ラヴェル：ツィガーヌ ほか　ピアノ：城 綾乃
対象・定員	就学前のお子様はご遠慮ください。
費　　用	1,500円 、親子ペア1,500円、小中高生500円
申込方法	令和7年11月30日（日）予約開始（公財）茨木市文化振興財団 に電話またはHP
問合せ先	（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/
そ の 他	全席指定

◆おにクルエキサイティング・ミュージック MY FAVORITE SONGS ～旅する映画音楽～

日　　時	令和8年2月7日（土）　14:00開演		
会　　場	おにクル　きたしんホール（駅前三丁目9-45）		
内　　容	西村由紀江（ピアノ）、古川展生（チェロ）、牧山純子（ジャズ・ヴァイオリン）ら、魅力的なアーティストが最上級の演奏でおくる、世界を舞台にした映画音楽がテーマのコンサート。心に残る珠玉の名曲をたっぷりとお楽しみください。		
対象・定員	未就学児は入場できません。	費　用	一般3,500円、U25割2,000円
申込方法	インターネット、電話（0570-02-9696）、窓口		
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　HP：https://www.onikuru.jp/		
そ の 他	公演の詳細はおにクル公式HPをご覧ください。HP：https://www.onikuru.jp/performance/21738		

◆いばらきオペラ亭 vol.52《こうもり》

日　　時	令和8年2月11日（水祝）　14:00開演、13:30開場		
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール		
内　　容	＜プログラム＞ヨハン・シュトラウス2世「こうもり」（日本語・抜粋上演） ＜出演＞アイゼンシュタイン：池田真己、ロザリンデ：水野智絵、アデーレ：脇阪法子、アルフレード：近藤勇斗 ファルケ：下林一也、オルロフスキー：瀬戸口文乃、ステージング・ナビゲーター：清原邦仁		
対象・定員	就学前のお子様はご遠慮ください。	費　用	1,800円
申込方法	発売中（公財）茨木市文化振興財団 に電話またはHP		
問合せ先	（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/		
そ の 他	全席指定		

◆川端康成文学館テーマ展示：ようこそ『伊豆の踊子』へ　―100年目に名作を読む―

日　　時	令和8年2月11日（水祝）～5月31日（日）　火曜日（5月5日を除く）、祝日の翌日は休館		
会　　場	川端康成文学館　記念室（上中条二丁目11-25）		
内　　容	川端康成の『伊豆の踊子』が世に出てから100年。改めて名作を読み直す機会として、登場人物や舞台などの基本情報から紹介します。		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	申込不要		
問合せ先	川端康成文学館　TEL：072-625-5978		

◆梅花歌劇団「劇団この花」オリジナルミュージカル公演

日　　時	令和8年2月14日（土）　15:00開演・15日（日）　11:00開演、15:00開演		
会　　場	梅花女子大学　澤山記念ホール（宿久庄二丁目19-5）		
内　　容	梅花歌劇団「劇団この花」が、日本を代表する演出家・振付家であり梅花歌劇団の芸術監督である謝 珠栄先生演出のオリジナルミュージカル「THE CHINESE CONSCIENCE」を上演いたします。		
対象・定員	小学生以上、各回800人	費　用	座席料金 3,500円
申込方法	QRコードよりフォーム（https://00m.in/fSlGq）でお申し込みいただくか、梅花歌劇団事務局宛てに ①名前②希望日程③希望時間④希望枚数⑤連絡先電話番号⑥チケット送付先住所を記載し、 メールまたはFAXでお申し込みください。お電話でも受付いたします。 TEL：072-643-6352　FAX：072-643-6355　E-mail：kagekidan@baika.ac.jp		
問合せ先	梅花歌劇団事務局　TEL：072-643-6352　E-mail：kagekidan@baika.ac.jp		
そ の 他	会場へは梅花のスクールバス（無料）をご利用ください。お車でのご来場はご遠慮ください。		

◆いばらき観光ウォーク「宿久庄から茨木へ～川端康成ゆかりの地を歩く」

日　　時	令和8年2月15日（日）　8:20～15:00頃
会　　場	ＪＲ茨木駅（集合）→豊川1丁目バス停→ぼろ塚→八阪神社→極楽寺→川端康成旧跡→慧光院（遠望）→春日神社（倍賀）→川端康成文学館→京阪新報社跡→茨木別院→茨木高校正門（解散）→ＪＲ茨木駅・阪急茨木市駅
内　　容	2歳で両親を亡くし、宿久庄の祖父母に引き取られて育ち、旧制茨木中学校に通った川端康成の幼年期～青春の地を訪ねて歩きます。茨木観光ウォークでは6年ぶりの催行です。
対象・定員	40人（先着順）　費用　500円
申込方法	1月31日（消印有効）までにハガキまたはE-mailで代表者の住所、名前、電話番号、参加人数を記入し、茨木市観光協会・いばらき観光ウォーク「川端康成」コースまでお申込みください。
持ち物・服装	昼食、歩きやすい服装
問合せ先	茨木市観光協会　TEL：072-645－2020　E-mail：w-info@ibaraki-kankou.or.jp
そ の 他	JR茨木駅から豊川1丁目バス停までの交通費（270円）は自己負担です。 状況によりコース・内容は予告なく変更する場合があります。

◆『ゴドーを待ちながら』／『ゴドーを待ちながらを待ちながら』

日　　時	令和8年2月21日（土）・22日（日）　時間は調整中
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール（駅前四丁目6-16）
内　　容	『ゴドーを待ちながら』　脚本：サミュエル・ベケット　演出：西本由香（文学座）　翻訳：岡室美奈子 『ゴドーを待ちながらを待ちながら』　作：デイブ・ハンソン、演出：西本由香（文学座）、翻訳：万里紗
対象・定員	就学前のお子様はご遠慮ください。
費　　用	7,700円、65歳以上・障害者およびその介助者7,200円、25歳以下3,000円、18歳以下1,000円
申込方法	調整中（公財）茨木市文化振興財団 電話またはHP
問合せ先	（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/
そ の 他	全席指定

◆おにクルエキサイティング・ミュージック 上野耕平＆阪田知樹デュオ・リサイタル

日　　時	令和8年2月21日（土）　14:00開演
会　　場	おにクル　ゴウダホール（駅前三丁目9-45）
内　　容	クラシックと吹奏楽を両軸に活躍し、人気・実力を兼ね備えたサクソフォン奏者 上野耕平と作曲家としての顔も持つ実力派ピアニスト 阪田知樹のデュオ・リサイタル！阪田知樹が上野耕平に捧げた「ソナチネ」は必聴！今、最も注目される若き巨匠ふたりの夢の共演をお楽しみください。
対象・定員	未就学児は入場できません。
費　　用	S席4,000円、A席3,000円、車いす席3,000円、U25割 2,000円
申込方法	インターネット、電話（0570-02-9696）、窓口
問合せ先	おにクルオフィス　TEL：072-631-0296　HP：https://www.onikuru.jp/
そ の 他	公演の詳細はおにクル公式HPをご覧ください。HP：https://www.onikuru.jp/performance/21734

◆ジャンベ！アフリカンライブ

日　　時	令和8年2月28日、3月28日（各土曜日）　13:30～14:30
会　　場	障害福祉センターハートフル　4階　大会議室（片桐町4-26）
内　　容	アフリカ音楽の生演奏と、アフリカの太鼓ジャンベの体験や、小楽器を使って参加する音楽会です。
対象・定員	18歳以上、20人（先着順、障害者優先）　費用　無料
申込方法	受付開始日より、電話またはFAX、直接（名前、住所、電話番号、障害の有無など）
問合せ先	障害福祉センターハートフル　TEL：072-620-9818　FAX：072-620-9812

◆茨木ハチマル落語会「桂 南天の会」

日　時	令和8年3月3日（火）　14:00開演、13:30開場		
会　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール（駅前四丁目6-16）		
内　容	出演：桂 南天、桂 雀喜、桂 天吾、ねこまんま　※演目は当日のお楽しみ		
対象・定員	就学前のお子様はご遠慮ください。	費　用	1,500円
申込方法	発売中（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　web：https://www.ibabun.jp/		
問合せ先	（公財）茨木市文化振興財団　TEL：625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/		
そ の 他	全席指定		

◆いばらき観光ウォーク「元茨木川緑地梅林から北川井路を探索する」

日　時	令和8年3月4日（水）　9:00～13:00頃		
会　場	阪急南茨木駅（集合）→沢良宜城跡→船頭の樋跡→道祖神社・水神社→高浜橋跡、新高浜橋跡→梅林→島ふれあい公園→光善寺→葦分神社→高瀬川分岐点→真砂玉島台公園→北摂つばさ高校前バス停（解散）→阪急茨木市駅		
内　容	南茨木駅から元茨木川緑地に残る樋跡などを巡りながら南下し、満開であろう梅林を愛でながら、江戸時代に作られた北川井路沿いを散策し、水と関わり合った人々の生活の知恵をたどります。		
対象・定員	40人（先着順）	費　用	500円
申込方法	2月26日（消印有効）までにハガキまたはE-mailで代表者の住所、名前、電話番号、参加人数を記入し、茨木市観光協会・いばらき観光ウォーク「元茨木川緑地梅林」コースまでお申込みください。		
持ち物・服装	歩きやすい服装		
問合せ先	茨木市観光協会　TEL：072-645－2020　E-mail：w-info@ibaraki-kankou.or.jp		
そ の 他	状況によりコース・内容は予告なく変更する場合があります。		

◆まほろば 新作歌曲による第20回コンサート

日　時	令和8年3月8日（日）　15:00開演、14:30開場		
会　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール		
内　容	まほろば創作歌曲の会による創作歌曲発表コンサート。		
対象・定員	制限なし	費　用	2,000円、小学生以下無料
申込方法	調整中（公財）茨木市文化振興財団 TEL：072-625-3055　web：https://www.ibabun.jp/		
問合せ先	まほろば21世紀創作歌曲の会　comp0424kiyohiro.kawai@gmail.com		
そ の 他	全席自由		

◆第27回 ピュアモーレ ポロニアコンサート

日　時	令和8年3月20日（金祝）　13:00開演、12:30開場		
会　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール		
内　容	桐朋学園在学生によるクラシックコンサート。		
対象・定員	就園前のお子様はご遠慮ください。	費　用	観覧無料
申込方法	申込不要		
問合せ先	茨木桐朋会　ibarakitoho@gmail.com		
そ の 他	全席自由		

◆第19回 ピュアモーレ カミングコンサート ～バラのまち茨木にアンサンブルの華が咲く～

日　時	令和8年3月20日（金祝）　18:00開演、17:30開場		
会　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール		
内　容	桐朋学園卒業生によるクラシックコンサート　〈出演〉ヴァイオリン：雁瀬心生、阿佐聖姫子、岩本佑果 ピアノ：荻野由里可、ヴィオラ：本郷尚子、チェロ：徳安芽里（賛助）		
対象・定員	就学前のお子様はご遠慮ください。	費　用	2,000円、学生1,000円
申込方法	調整中（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055		
問合せ先	茨木桐朋会　ibarakitoho@gmail.com		
そ の 他	全席自由		

◆キリシタン遺物史料館16回企画展「キリシタン墓発掘～土に刻まれた異文化の記憶～」

日　　時	令和8年3月25日（水）～5月18日（月）　9:30～17:00		
会　　場	キリシタン遺物史料館（千提寺262）		
内　　容	考古学の成果からみた茨木市北部のキリシタンの様子に迫る展示。		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	申込不要		
問合せ先	文化財資料館　TEL：072-634-3433　E-mail：shiryokan@city.ibaraki.lg.jp		
そ の 他	休館日：火曜日（その日が祝日の場合を除く）、祝日の翌日（その日が日曜日の場合を除く）		

◆伝統の今「文楽」（仮）

日　　時	令和8年3月28日（土）　14:00開演、13:30開場		
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　センターホール（駅前四丁目6-16）		
内　　容	初めてでも楽しめる、解説付き文楽公演。		
対象・定員	制限なし	費　用	3,000円、25歳以下1,000円
申込方法	調整中（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055		
問合せ先	（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/		
そ の 他	全席指定		

◆史跡ガイド・茨木童子組

日　　時	半日（3時間半程度）、1日（6時間程度）、実施日を決めてお申込みください。		
会　　場	実施時間は依頼者と相談して決定します。		
内　　容	コースは依頼者と相談して決定します。 茨木市の史跡をボランティアガイドが個別でガイドいたします。		
対象・定員	中学生以上、2人から	費　用	ガイド料：ガイド1人あたり2,000円
申込方法	ガイド実施1か月前までに「史跡ガイド・茨木童子組案内申込書」（協会HPからダウンロード可）を協会事務局までお送りください。		
持ち物・服装	歩きやすい服装		
問合せ先	茨木市観光協会　TEL：072-645－2020　E-mail：w-info@ibaraki-kankou.or.jp		
そ の 他	出発地、解散地により別途交通費がかかります。		

情報の申し込み方法の中に「〒567-8505」と記載されていることがありますが、これは茨木市役所専用の郵便番号です。住所を記入しなくても茨木市役所に届きます。

スポーツ・レクリエーション

◆ニュースポーツ教室<市民体育館>

日　　時	毎月第2・3火曜日　19:00～21:00		
会　　場	市民体育館（小川町2-1）		
内　　容	こどもから高齢者まで、運動が苦手な方でも気軽に参加でき、様々な運動を楽しめるニュースポーツ。 デカスポテニス、ファミリーバドミントン、ピックルボール、ボッチャ、ディスコン、スローイングビンゴなど		
対象・定員	20歳以上、40人	費　用	無料
申込方法	申込不要、直接会場へ		
持ち物・服装	動きやすい服装		
問合せ先	スポーツ推進課　TEL：072-620-1608		

◆ニュースポーツ教室<福井市民体育館>

日　　時	毎月第1・3金曜日（祝日を除く）　10:00～12:00		
会　　場	福井市民体育館（西福井三丁目30-45）		
内　　容	こどもから高齢者まで、運動が苦手な方でも気軽に参加でき、様々な運動を楽しめるニュースポーツ。 デカスポテニス、ファミリーバドミントン、ピックルボール、ボッチャ、ディスコン、スローイングビンゴなど		
対象・定員	20歳以上、40人	費　用	無料
申込方法	申込不要、直接会場へ		
持ち物・服装	動きやすい服装		
問合せ先	スポーツ推進課　TEL：072-620-1608		

◆市民体育館スポーツ教室 健康体操

日　　時	第3期：令和8年1月～3月の金曜日　13:00～14:00、14:10～15:00　各全10回		
会　　場	市民体育館		
内　　容	ストレッチ中心で高齢者が無理なく体操を楽しく行います。ボールやタオルなど身近な道具を使い、家庭でもできる運動を行います。		
対象・定員	60歳以上、30人	費　用	各4,000円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月19日（金）		
持ち物・服装	運動のしやすい服装		
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821		
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可		

◆市民体育館スポーツ教室　ヨガ教室

日　　時	第3期：令和8年1月から3月　①②月曜日　③④木曜日 ①9:00～10:00　②10:10～11:10　③13:00～14:00　④14:10～15:00　各全10回		
会　　場	市民体育館		
内　　容	ストレッチで身体をほぐし腹式呼吸とゆっくりした動きで、初心者の方でもヨガを楽しめます。		
対象・定員	高校生以上（高校生に相当する年齢を含む）、各35人	費　用	各5,000円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月18日（木）		
持ち物・服装	運動のしやすい服装、ヨガマット（お持ちの方）、大きめのバスタオル		
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821		
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可		

◆市民体育館スポーツ教室　一般テニス（硬式）

日　　時	第3期：令和8年1月から3月の月曜日　①9:15～10:15　②10:30～11:30　③11:45～12:45　各全10回
会　　場	市民体育館（小川町2-1）
内　　容	初めて参加される方にもラケットの持ち方やルールなど、基本から丁寧に指導します。
対象・定員	①初心者・初級　②中級　③上級、高校生以上（高校生に相当する年齢を含む）、各22人
費　　用	各6,500円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月22日（月）
持ち物・服装	運動のしやすい服装、室内用シューズ（紐靴）、ラケット（お持ちの方）
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可

◆市民体育館スポーツ教室　リフレッシュ3B体操

日　　時	第3期令和8年1月から3月の月曜日　11:30～12:30　全10回		
会　　場	市民体育館（小川町2-1）		
内　　容	ボール、ベル、ベルタという用具を使い、筋力作りや有酸素運動を行います。		
対象・定員	高校生以上（高校生に相当する年齢を含む）、各35人	費　用	5,500円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月22日（月）		
持ち物・服装	運動のしやすい服装、室内用シューズ		
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821		
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可		

◆市民体育館スポーツ教室　幼児体操

日　　時	第3期：令和8年1月～3月の火曜日　16:00～17:00　全10回		
会　　場	市民体育館		
内　　容	ボールやマットなどの様々な用具を使った運動を行います。		
対象・定員	平成31年4月2日～令和3年4月1日生まれの幼児	費　用	5,000円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月23日（火）		
持ち物・服装	運動のしやすい服装		
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821		
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可		

◆市民体育館スポーツ教室　トランポリン

日　　時	第3期：令和8年1月～3月の火曜日　①16:00～17:00　②17:00～18:00　各全10回		
会　　場	市民体育館		
内　　容	大きなトランポリンで様々な空中動作を行います。		
対象・定員	①年長～小学2年　②小学3年～6年生、各15人	費　用	各5,000円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月23日（火）		
持ち物・服装	運動のしやすい服装		
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821		
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可		

◆市民体育館スポーツ教室　バスケットボール

日　　時	第3期：令和8年1月～3月の火曜日 ①16:00～16:50　②17:00～18:00　③18:10～19:10　④19:20～20:30　各全10回
会　　場	市民体育館
内　　容	バスケットボールの基礎から指導し、楽しさと魅力を伝えます。
対象・定員	①年中・年長　②小学1～3年生　③小学4年～6年生　④小学4年～中学3年生、各30人
費　　用	①12,000円　②③19,000円　④22,000円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月23日（火）
持ち物・服装	運動のしやすい服装、シューズ
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可

◆市民体育館スポーツ教室　キッズショートテニス

日　　時	第3期：令和8年1月～3月の木曜日　16:15～17:15　全10回		
会　　場	市民体育館		
内　　容	キッズ向けのラケットとスポンジボールを使って行うテニスです。		
対象・定員	原則4歳～6歳、30人	費　用	6,500円
申込方法	来館による先着順、申込第3期：令和7年12月18日（木）		
持ち物・服装	運動のしやすい服装、室内用シューズ（紐靴）、ラケット（お持ちの方）		
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821		
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可		

情報の申し込み方法の中に「〒567-8505」と記載されていることがありますが、これは茨木市役所専用の郵便番号です。住所を記入しなくても茨木市役所に届きます。

◆市民体育館スポーツ教室　ジュニアテニス（硬式）

日　　時	第3期：令和8年1月～3月の木曜日　①17:25～18:25　②18:30～19:30　各全10回		
会　　場	市民体育館（小川町2-1）		
内　　容	初めて参加する小学生にラケットの持ち方やルールなど、基本から丁寧に指導します。		
対象・定員	①小学1年～3年生　②小学4年～6年生、各40人	費　用	各6,500円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月18日（木）		
持ち物・服装	運動のしやすい服装、室内用シューズ（紐靴）、ラケット（お持ちの方）		
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821		
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可		

◆市民体育館スポーツ教室　ベビー体操

日　　時	第3期：令和8年1月～3月の金曜日　①9:15～10:15　②10:25～11:25　③11:35～12:35　各全10回
会　　場	市民体育館
内　　容	リズムや曲に合わせての運動や手遊びをします。
対象・定員	①1～2歳未満の保護者とそのこども、30組　②3か月～1歳未満の保護者とそのこども、30組 ③2～3歳未満の保護者とそのこども、25組
費　　用	各5,500円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月19日（金）
持ち物・服装	運動のしやすい服装
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821
そ の 他	定員が変更になる可能性があります。

◆市民体育館スポーツ教室　器械体操

日　　時	第3期：令和8年1月～3月の金曜日　①16:15～17:15　②17:20～18:20　③18:25～19:25
会　　場	市民体育館
内　　容	跳び箱、鉄棒、マットを使い、楽しく運動を行います。
対象・定員	①小学生（初級）　②小学生（中級）、各40人　③小学生（上級）、30人
費　　用	各5,000円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月19日（金）
持ち物・服装	運動のしやすい服装
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可

◆市民体育館スポーツ教室　親子体操

日　　時	第3期：令和8年1月～3月　①火曜日　②③土曜日 ①10:00～11:00　②9:45～10:45　③10:55～11:55　各全10回
会　　場	市民体育館
内　　容	親子でリズム体操、マット運動などで体を動かします。
対象・定員	保護者とそのこども（令和3年4月2日～令和5年4月1日生まれ）、各15組
費　　用	各5,000円
申込方法	来館による先着順申込、第3期：令和7年12月20日（土）
持ち物・服装	運動のしやすい服装
問合せ先	市民体育館　TEL：072-626-3821
そ の 他	継続性の教室のため定員に空きがある場合のみ受付可

◆南市民体育館スポーツ教室　ヨーガ教室

日　　時	①②令和8年1月5日から毎週月曜日　③④1月9日から毎週金曜日 ①9:15～10:15　②10:30～11:30　③18:45～19:45　④20:00～21:00		
会　　場	南市民体育館（島三丁目8-19）		
内　　容	ヨーガによりストレス発散やリラックス効果、基礎代謝アップを図ります。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学の18歳以上、各30人	費　用	各3,000円
申込方法	令和7年12月7日（日）までに申込（申込など詳細は市HP参照）		
問合せ先	スポーツ推進課　TEL：072-620-1608		

◆五十鈴市民プール　水泳教室

日　　時	令和8年1月5日から毎週①～④月・水・木・金曜日　⑤⑥⑦日曜日　⑤⑧⑨⑩⑳㉑㉓土曜日　⑪金曜日 ⑫⑯㉒月曜日　⑬⑰木曜日　⑤⑧⑨⑩⑳㉑㉓土曜日　⑪金曜日　⑫⑯㉒月曜日　⑬⑰木曜日 ①15:00～16:00　②㉑㉓16:00～17:00　③17:00～18:00　④18:00～19:00　⑤9:00～10:00 ⑥⑧10:00～11:00　⑦⑨11:00～12:00　⑩12:00～13:00　⑪11:30～12:30 ⑫⑬11:20～12:30　⑭⑲11:00～12:10　⑮～⑱10:20～11:30 ⑳17:00～18:10　㉒13:15～14:15
会　　場	五十鈴市民プール（五十鈴町11-13）
内　　容	①キッズ　②ジュニア　③スイマー　④マスター　⑤～⑩ジュニア・スイマー　⑪ベビー ⑫～⑮レディース（初心者クラス）⑯～⑲レディース（上級者クラス）　⑳成人　㉑シルバー　㉒㉓アクア ※①～⑩については番号内で1つの日時を選択　※レディースL1＝⑫～⑲で自由出席制　全11回 ※レディースL2＝⑫～⑲で自由出席制　全23回
対象・定員	各コース若干名（応募打数の場合は抽選、継続者多数の場合は募集のないクラスがあります）
費　　用	①～⑩13,500円　㉑12,100円　⑪⑳㉒㉓14,200円　レディースL1=14,200円　レディースL2=22,900円
申込方法	令和7月12月1日～14日（第二火曜日を除く）9:45～19:00に、直接五十鈴市民プールで
持ち物・服装	水着、スイミングキャップ、タオル、ゴーグル
問合せ先	五十鈴市民プール　TEL：072-635-7700
そ の 他	キッズ、ジュニア、スイマー、ジュニアスイマー、ベビークラスは指定用品があります。

◆五十鈴市民プール　フィットネス教室

日　　時	令和8年1月5日から毎週①月曜日　②⑦水曜日　③⑤木曜日　⑧金曜日　④⑥日曜日 ①11:45～12:45　②⑤18:45～19:45　③10:15～11:15　④17:00～18:00　⑥18:30～19:30 ⑦⑧10:15～11:00　各全11回
会　　場	五十鈴市民プール
内　　容	①～⑥ヨーガ　⑦⑧健康柔軟体操
対象・定員	①～⑥15歳以上（中学生不可）　⑦⑧65歳以上 各コース若干名（応募多数の場合は抽選、継続者多数の場合は募集のないクラスがあります）
費　　用	①～⑥13,500円　⑦⑧10,500円
申込方法	令和7年12月1日～14日（第二火曜日を除く）9:45～19:00に、直接五十鈴市民プールで
持ち物・服装	運動のできる服装、飲み物、タオル
問合せ先	五十鈴市民プール　TEL：072-635-7700

◆西河原市民プール　アクア教室

日　　時	令和8年1月7日から毎週①③水曜日　②④金曜日 ①10:50～12:00　②18:40～19:50　③12:15～13:00　④13:30～14:15　各クラス全11回
会　　場	西河原市民プール（西河原三丁目2-38）
内　　容	①②アクアビクス　③④水中ウォーキング
対象・定員	18歳以上、各コース若干名（多数の場合抽選）
費　　用	①②各14,200円　③④各12,500円
申込方法	令和7月12月1日～14日（火曜日を除く）10:00～19:00に、直接西河原市民プールで
持ち物・服装	水着、スイミングキャップ
問合せ先	西河原市民プール　TEL：072-621-9715

◆西河原市民プール　フィットネス教室

日　　時	令和8年1月7日から　①②③水曜日　①17:30～18:40（学童DJ-1）　②18:50～20:00（学童DJ-2） ③16:10～17:20　各クラス全11回
会　　場	西河原市民プール
内　　容	①②キッズダンス（学童DJ-1・2）　③キッズダンス（幼児）
対象・定員	①②小・中学生　③3歳～6歳、各クラス若干名（多数の場合は抽選）
費　　用	各12,100円
申込方法	令和7月12月1日～14日（火曜日を除く）10:00～19:00に、直接西河原市民プールで
持ち物・服装	動きやすい服装、室内シューズ
問合せ先	西河原市民プール　TEL：072-621-9715

◆西河原市民プール水泳教室

日　　時	令和8年1月7日から①②③⑤月曜日・②③④水曜日・①②③木曜日・②③⑤金曜日・⑥土曜日 ①11:30～12:30　②14:00～15:10（K-1）、15:10～16:20（K-2）、15:00～16:10（K-3） 14:20～15:30（K-4）、15:30～16:40（K-5）、15:00～16:10（K-6） ③17:40～18:50（J-2）、17:30～18:40（J-4）、18:00～19:10（J-6）、17:30～18:40（J-8） ④18:40～19:50　⑤10:50～12:00　⑥13:30～14:30（P-1）、16:10～17:10（P-2） 各クラス全11回
会　　場	西河原市民プール（西河原三丁目2-38）
内　　容	①ベビー（B-1・2）　②幼児（K-1・2・3・4・6）　③小・中学生（J-2・4・6・8）　④成人（G-1） ⑤レディース（L-1・2）　⑥やってみよう
対象・定員	①6か月～2歳とその保護者　②3～6歳　③小・中学生　④16歳以上　⑤18歳以上 ⑥18歳以上の身体・知的障がい者　各クラス若干名（多数の場合抽選）
費　　用	①④⑤各14,200円　②③各13,500円　⑥7,500円　①②③のみ別途スイミングキャップ代600円
申込方法	令和7月12月1日～14日（火曜日を除く）10:00～19:00に、直接西河原市民プール受付
持ち物・服装	水着、スイミングキャップ（中学生以下の各コースは指定用品使用）
問合せ先	西河原市民プール　TEL：072-621-9715

◆南市民体育館スポーツ教室　親子体操

日　　時	令和8年1月8日から毎週木曜日　9:45～10:45、11:00～12:00		
会　　場	南市民体育館（島三丁目8-19）		
内　　容	親子のスキンシップを深めながら体を動かします。		
対象・定員	市内在住、在勤の保護者とこども（2～3歳児）、各20組	費　用	各3,000円
申込方法	令和7年12月7日（日）までに申込（申込など詳細は市HP参照）		
問合せ先	スポーツ推進課　TEL：072-620-1608		

◆みんなでダンス in Ibaraki プロジェクト～障害のある人もない人も一緒に踊ろう！ワークショップ～

日　　時	令和8年1月12日（月祝）、2月23日（月祝）、3月22日（日）　各日10:00～12:00		
会　　場	市民総合センター（クリエイトセンター）　2階　多目的ホール（駅前四丁目6-16）		
内　　容	あなただけのダンスを創ってみませんか？　講師：森田かずよ		
対象・定員	制限なし	費　用	無料
申込方法	令和７年11月12日（水）受付開始（公財）茨木市文化振興財団に電話またはHP		
持ち物・服装	動きやすい服装　会場は土足禁止です。上履きをご持参ください。裸足可		
問合せ先	（公財）茨木市文化振興財団　TEL：072-625-3055　HP：http://www.ibabun.jp/		
そ の 他	バリアフリー対応を準備しています。ご不安な方は何でもご相談ください。		

◆茨木市民マラソン大会

日　　時	令和8年１月25日（日）　9:00から開会式、雨天決行
会　　場	万博記念競技場スタート・ゴール（万国博記念公園自然文化園コース）（予定）
内　　容	種別：10キロレース、5キロレース、3キロレース、1.5キロレース（予定）
対象・定員	小学生から一般の方まで（予定）
費　　用	一般500円、高校生400円、中学生300円、小学生200円、ファミリー 500円（予定）
申込方法	Webまたは郵送
持ち物・服装	運動のできる服装、飲み物、タオル
問合せ先	スポーツ推進課　TEL：072-620-1608

◆ニュースポーツ（スローイングビンゴ）

日　　時	令和8年1月27日（火）　10:30 ～ 12:00		
会　　場	葦原多世代交流センター（新和町21-27）		
内　　容	ニュースポーツ普及会さんから新しい競技（スローイングビンゴ）を指導してもらいます。		
対象・定員	60歳以上の市民、先着20人	費　用	無料
申込方法	センター窓口、電話で		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ名前、住所、年齢を確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター　TEL：072-637-2422		

◆ウォーキング講習会

日　　時	令和8年3月21日（土）　10:00 ～ 12:00		
会　　場	茨木市役所南館　10階　大会議室（駅前三丁目8-13）		
内　　容	セルフマッサージ・ストレッチによるむくみ改善、姿勢改善や健康的な身体づくりに繋がるウォーキング指導です。		
対象・定員	18歳以上の市内在住、在学、在勤者、先着40人	費　用	無料
申込方法	申込書をスポーツ推進課に直接またはFAX（072-624-4767）、市HPから電子申込		
持ち物・服装	動きやすい服装、マスク		
一時保育	あり、2月27日（金）までに要申込		
問合せ先	スポーツ推進課　TEL：072-620-1608		

情報の申し込み方法の中に「〒567-8505」と記載されていることがありますが、これは茨木市役所専用の郵便番号です。住所を記入しなくても茨木市役所に届きます。

その21 学び続ける人々

「好き！」が広げる新しい自分の可能性！

「セラピーフラワー」講師　浜本尚美さん

生涯学習センターなどの公共施設や放課後こども教室などで「セラピーフラワー」や「花育」の講師をされている浜本尚美さん。

お花が大好きで「フラワーアレンジメント」や「生け花」などをずっと続けてこられました。お花に触れることで癒される自分に気づき、その経験を活かし実践できる勉強を始められました。その学びや出会いから活動の場はどんどん広がっています。

（情報誌ボランティア）

ボランティア講座「セラピーフラワー」講座風景

「セラピーフラワー」「花育」って？

私たちは日々の生活の中で生きづらさやストレスを感じることがあります。時にはマイナスの感情に振り回されることもあるでしょう。

「セラピーフラワー」では、始めに自分の気持ちを振り返ったり、色を使ってリラックスするような軽いワークをやってみます。次に季節の花で心の赴くままに、自由にアレンジをします。セラピーのフラワーアレンジにはお手本も正解もありません。同じ花材を使っても参加された方一人ひとり、個性あふれる作品が出来上がります。どの作品もそのままでOKです。「わたしは私でOK。あなたはあなたでOK。」という考え方です。このような、心地よいひとときを過ごすことで、心が軽くなっていきます。

「セラピーフラワー」を子どもを対象にしたものが「花育」です。花にふれあうことでのびやかな感性や豊かな心を育てることを目指しています。思うままに自由にお花をいけることで、あるがままの自分を受け入れ、大切にし「自分は自分のままでかけがえのない存在だ」という自己肯定感を持つことができます。

ほかにも幼児や小中学生、働いている人、高齢者施設の入居者など、様々な年代や状況にある人と「セラピーフラワー」「花育」を開催しています。

大好きなお花と癒し

若いころから「フラワーアレンジメント」を楽しみ、生涯学習センターでは、「いけばな講座」を受講しました。生花には力があり、心を癒す作用があります。その花の力を、自分自身に、また周りの人に、お伝えすることができたら素敵だと思い、スキルアップするための勉強に取り組みました。

生涯学習センターの「出番づくり」から

今まで学んできたフラワーアレンジメントやフラワーセラピスト、花育インストラクターとしてのスキルを活かしたいと思っておりました。何かいい方法はないかと探していた時に生涯学習センターで「出番づくり」の企画を見つけました。「出番づくり」というのは、いろいろな経験やスキルを持っている人がそれをいかして活動できるようにサポートし、実際の活動の場につないでいこうという講座でした。その一環として、きらめきでボランティア講座「セラピーフラワー」を初めて開催させていただきました。その後も年に数回は生涯学習センターで「セラピーフラワー」と「花育」を開催し、同好会の活動もしています。そのほかにも、小学校の放課後こども教室や公民館、福祉委員会、高齢者施設、イベントでの講座など、活動の場がどんどん増えました。

毎回、参加者にたくさんのエネルギーをもらい、計り知れない達成感をいただいています。これからも日々スキルアップし、多くの人達との出会いと触れ合いを大切にしていきたいと思います。

「花育」でお花を選ぶ子どもたち

感想

受講生それぞれ違う作品

自由にお花を選び、好きなようにアレンジすることで、その人の心の様子が作品に表れるそうです。また、同じ人でもその日の心理状態で作風が変わることもあるとか。作品をみながら、受講生の心をおもんばかり、さりげなく寄り添われたり、お話を聞いたりされるそうです。私も受講して、意外と気付いていない自分の心を覗いてみたいなあと興味深くお話を聞かせていただきました。

（情報ボランティア）

茨木市立生涯学習センターきらめき

アンケートにご協力をお願いします！

こちらから
お答えください。

茨木市立生涯学習センターでは「きらめき講座」をはじめ、大学・企業連携講座など様々な講座やイベントを実施しています。

市民の皆さまの「こんなことやってみたい!」「こんな講座を受けてみたい」を探しています。

令和8年
5月開講
令和8年3月
受付開始

令和８年度通年・前期 きらめき講座受講生募集 <P14参照>

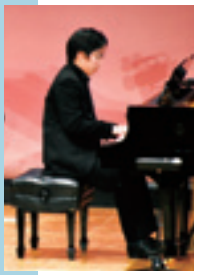
開催します！！

きらめきフェスタ 2025

Discover Lifelong Learning～学びと出会いのきっかけづくり～

きらめきフェスタ

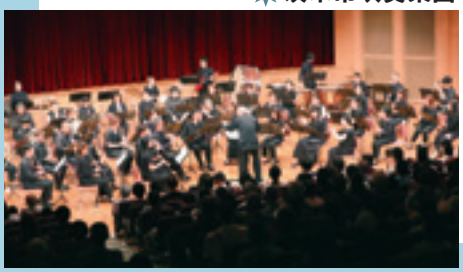
KirameKiFesta 2025



スペシャルゲスト

✸乾 将万（ピアノ）

✸茨木市吹奏楽団



令和8年3月14日（土）・15日（日）

茨木市立生涯学習センターきらめき

年に1度のきらめきフェスタを今年度も実施します！みなさまに参加していただけるイベント・講座がもりだくさんです。

舞台発表、ロビーコンサート、体験講座、展示
親子で楽しめるクラフトコーナー、移動図書館「ともしび号」
手打ち蕎麦・茨木産野菜と加工品の販売など

※詳しくは2月中旬ごろ配布予定の「きらめきフェスタ2025プログラム」または生涯学習センターHPをご覧ください。

広告

地域で活躍!!

会員募集中

簡単な仕事から 派遣や
専門的な仕事まで
色々な仕事をお引き受け！

あなたの知識と経験が
生きがい・健康・仲間づくりに。

まずはお電話を！
☎072-634-8990

公益社団法人 茨木市シルバー人材センター
茨木市東奈良一丁目4番1号

※広告に関する一切の責任は広告掲載者に帰属します。また、広告の内容は茨木市が推奨するものではありません。

編集・発行:茨木市市民文化部文化振興課　事務局:文化振興課生涯学習センターきらめき
令和7年（2025年）12月1日発行　配布先:市内公共施設など　この冊子は4300部作成し、1部あたり145.72円です。

リサイクル適性Ⓐ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
VEGETABLE OIL INK