



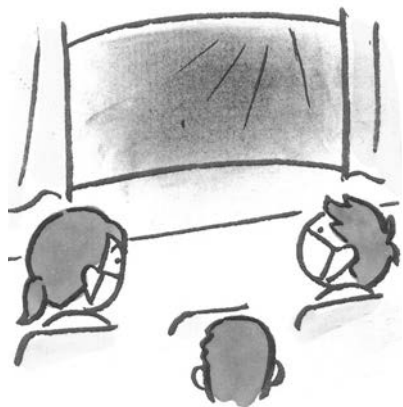
掲載しているイベントや行事等は中止・延期の可能性があります。開催の有無等は市 HP または 関・国 でご確認ください。また、参加の際は検温やマスクの着用をお願いする場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

イベント

クリプラ呼吸コンサート 時10月2日(金)、午後7時〜8時45分、雨天中止、**所**クリエイトセンター、**内**弦楽四重奏・琴・朗読等、飲食物露店、**関** MASSHproject 大澤 ☎090・3621・0497

啓発型認知症カフェ①カフェふらつと・②なかよしクラブ 時①10月7日(水)・21日(水)、午後1時30分から、②8日(木)・28日(水)、午後2時から、**所**①中条公民館、②シニアプラザいばらぎ、**対**市民、**内**茶話会、レクリエーション、**料** ¥1回100円、**関**相談支援課 ☎655・2758

青年による人権啓発事業映画上映会「フリーダム・ライターズ」 時10月10日(土)、午後2時30分〜4時30分、**所**フ



リエイトセンター多目的ホール、**定**先着80人、**内**人種差別がはびこる環境に生きる若者たちと教師の感動の物語を描く、**申**メール(氏名・住所: ibaraki.jinken@gmail.com)、**関**社会教育振興課 ☎622・5180

大岩こどもまつり 時10月11日(日)、午前10時〜午後3時30分、雨天中止、**所**大岩いも掘り園(大岩82)、**内**ゲームやおもちゃ作り等のブース、ポニーとのふれあい、和太鼓の演奏、**関**市民活動センター ☎623・8820

ランチタイムコンサート 時①10月11日(日)・②17日(土)・③24日(土)・④28日(水)、正午〜午後1時、**所**生涯学習センター エントランスホール、**内**①ハワイアンフラ(プウヴァイオフラプアレイ & ノエルア)、②ピアノジョイントコンサート(中野万里子さん・谷川俊介さん)、③ Autumn コンサート(クレモナハープの会)、④ピアノ&声楽と色とりどりの秋の調べ(中原和代さん・中原由美子さん)、**関**同センター ☎624・8182

準農家マルシェ 時10月12日(月)・26日(月)、午前10時から、**所**茨木ショッピングタウン1階(西駅前町4)、**内**茨木産の新鮮な野菜の販売、**関**農とみどり推進課 ☎620・1622

文化振興財団催し

(公財)文化振興財団 ☎625・3055、クリエイトセンター1階
HP <https://www.ibabun.jp/>

会場	公演名	公演日	料金等	発売日
クリエイトセンター	あっちこっちコンサート 「おもひで〜日本のうたの玉手箱〜」※1	10/10(土) 14:00から	1,000円※2	-
	話題の映画@茨木 「嘘八百 京町ロワイヤル」	10/15(木) 10:30から 14:00から 19:00から	1,000円※2	
	音芸協コンサート あなたの街のオーケストラ アマービレフィルと行く音楽の旅	来年1/31(日) 14:00から	3,000円、65歳以上・障害者と介助者各2,500円、24歳以下1,000円 ※2・3	10/31(土) 予約開始

※1 ライブ配信あり(申込は市音楽芸術協会 ☎050・3628・7500)
※2 未就学児不可、※3 全席指定、詳細はお問い合わせください。

【チケット販売所】 同財団 ☎625・3055 (9:00〜17:00)、クリエイトセンター・福祉文化会館チケットカウンター (9:00〜17:00) 予約開始初日は窓口販売はしていません。◆同財団 HP からチケットの予約・購入ができます。(注)公演によっては取扱いのない場合があります。

エコカフェ〜気軽にエコライフおしゃべり会〜 時10月12日(月)、午後1時15分〜3時30分、**所**福祉文化会館101、**内**環境のつながりを考える「街は多様さ(素材)の宝箱」(環境カウンセラーズ

京都 谷口興紀さん)、茶話会、専門家の耳より情報等、**料** ¥100円、**備** 5いばらき環境ポイント付与、**関**環境を考える市民ネットワークいばらき素材探検隊 中 ☎648・7030 (平日、午前9時〜午後5時)

シルバー人材センター入会説明会 時10月12日(月)、11月10日(水)、12月10日(木)、午後1時30分〜4時、**所**同センター会議室、**関**60歳以上の市民、**定**各先着50人、**申**電話で同センター ☎634・8990

パパ・ママカフェ&ふれあい喫茶 時10月14日(水)・23日(金)、午後1時〜3時、**所**西河原多世代交流センター、**関**①0〜5歳児と保護者、②60歳以上の市民、

内喫茶、①絵本読み聞かせ、身長・体重測定、**問**同センター ☎ 623・9343

黒井の清水大茶会 時10月17日(出)、午前9時〜午後1時、**所**茨木神社、**内**奉茶式(野点なし)、市物産等販売、ガイドツアー、伝統技能披露等、**備**天候等により変更・中止の場合あり、**問**市観光協会 ☎ 645・2020

HSPの当事者研究会 時10月17日(出)、午後2時〜4時、1時30分から受付、**所**沢良宜いのち・愛・ゆめセンター分館、**対**おおむね39歳までの自身をとっても敏感だと考えている人、HSPを学びたい人、**内**日々の悩みや不安等を話し合い、生きやすい方法を考える、**問**ユースプラザ「バンポスタ・ぱーちスペース」 ☎ 655・3761 (月・水・金)

土曜日、午前9時〜午後9時)

特別講演会「プロから聞く、微生物の

本日の話 時①10月17日(出)、②11月21日(出)、午後2時から、**所**福祉文化会館302、**定**各先着50人、**内**①ぬか床の活用(西南女学院大学教授 近江雅代さん)、②チーズの美味しさの秘密(日本獣医生命科学大学教授 佐藤 薫さん)、**料**各2千円、**申**各7日前までに、**フ**アックス・メール(氏名・参加人数・電話番号を記入)で、**所**NPO法人地球環境再生機構森下 ☎ 638・2212、**問** 638・3314、**メ**il:info1@saveplanet.org

インターネットを活用した販売促進の個別相談会 時10月19日(月)、午後1時〜5時、毎時0分から45分程度、**所**

ギャラリーへ行こう Let's go to the gallery

■ **クリエイティブセンターギャラリー** (展示は9:00〜19:00、最終日は13:30まで)
▶ 10/6まで=彩の会水彩画作品展、▶ 7〜13=茨木写真倶楽部会員展、▶ 14〜20=大島 修 風景写真展「四季・彩」、▶ 21〜27=田主 誠のココロココロイロイロ展(版画)、▶ 28〜11/3=遊書と字手紙展

■ **市立ギャラリー** (阪急ロサヴィア2階、展示は10:00〜19:00、最終日は17:00まで)
▶ 10/8〜13=光陽会大阪・兵庫合同支部展(絵画)、▶ 15〜20=ひなげし会刺繍作品展(工芸)

■ **川端康成文学館ギャラリー** (展示は9:00〜17:00、最終日は12:00まで、火曜日と10/3は休み)
▶ 10/1〜31=木村光佑の世界展

茨木商工会議所、**対**事業者、創業者等、**定**先着4人、**内**HP・Facebook・ブログ・YouTube・電子書籍出版等を活用し販路拡大をはかる(同会議所WE Bアドバイザー 村下 学さん)、**申**電話またはファックスで、**同**会議所 ☎ 622・6631、**問** 622・6632

ファミリー・サポート・センター交流会 **保** 時10月21日(水)、午前10時〜11時30分、**所**子育て支援総合センター4階会議室2、**対**20歳以上の市民、**定**先着10人、**内**セルフハンドマッサージ、ファミリー・サポート・センターの活動紹介(ヒーリング・すたいる・うらら 唐徳紗来子さん)、**料**550円、**備**一時保育は10月14日までに要申込、**申**電話でファミリー・サポート・センター ☎ 620・7101

DIY工房ワークショップ 時①10月22日(木)・②31日(出)、午前10時〜正午、**所**リノベのいばらきDIY工房、**定**先着①4人・②6人、**内**①収納スツール・②タブレットスタンドづくり、**料**①3500円・②2500円、**備**詳細はリノベのいばらきHP参照、**申**各7日前までに、メールまたは電話で、リノベのいばらき ☎ 657・7675 (水・木・土・日曜日、午前10時〜午後4時)、**メ**il:rinobebaraki@yahoo.co.jp

市合同就職面接会・相談会 時10月22



日(木)、午後1時〜4時、**所**市役所南館10階大会議室、**対**求職者、新卒者、**内**合同就職面接会、中高年齢者就労相談、シルバー人材センター相談、福祉の仕事相談、労働相談、新卒応援ハローワーク登録、**持**筆記具、**面**接希望者は面接希望企業数分の履歴書、**備**参加企業は市またはハローワーク茨木HP参照、**面**接・相談は要予約、**問**商工労政課 ☎ 620・1620

人権ゆかりの地を歩く 時10月23日(金)、午前10時、阪急茨木市駅中央改札前集合、**定**10人(多数の場合抽選)、**内**京都東山の葬送地だった六道珍皇寺・宮川町・八坂神社等の被差別民や民衆の歴史等案内、**料**600円、別途交通費・昼食代実費、**申**10月9日までに、電話またはファックス・メール(氏名・電話番号を記入)で、**人**権センター「人権ゆかりの地を歩く」係 ☎ 622・6613、**問** 622・6868、

定員・申込などの記載がない場合は事前申込不要または当日直接会場へ。費用の記載がない場合は参加無料。

記号の見方：時とき、所ところ、対対象、定定員、内内容、料費用・報酬など、持持ち物、備備考、申申込、

D51見学会 時10月24日(土)、午前10時から・午後2時から、雨天中止、**所**玉櫛コミュニティセンター、**内**蒸気機関車の機能の説明等、**問**玉櫛公民館 ☎633・0004

酒米の稲刈り体験 時10月25日(日)、午前10時〜午後3時、現地または午前9時にモノレール彩都西駅集合、雨天決行、**所**忍頂寺、**定**先着50人、**内**今年度の酒造りに使われる米(三島雄町)の稲刈り、新米を食べながら交流、**¥**2千円、小学生以下千円、**申**10月10日〜20日、午前9時から、電話で茨木地酒プロジェクト小田 ☎080・8522・0512

中国語で遊ぼう 時10月25日(日)、午前10時30分〜11時30分、**所**福祉文化会館101、**対**市内小・中学生、保護者、**定**先着10人、**内**季節をテーマに中国語に親しむ(山口小百合さん)、**¥**子ども200円、保護者300円、**申**10月1日から、電話で市国際親善都市協会事務局(文化振興課内) ☎620・1810

WE ARE FRIENDS!〜英語で遊ぼう〜 時10月25日(日)、午後2時〜4時、**所**フリエイトセンター302、**対**市内小学3年〜中学3年生、**定**先着15人、**内**ハロウィーン(久徳ウエンディさん)、**¥**300円、

申10月1日から、電話で市国際親善都市協会事務局(文化振興課内) ☎620・1810

お寺DE婚活紅葉の夕べ 時10月25日(日)、午後3時〜6時、**所**極楽寺(宿久庄一丁目20-2)、**対**結婚を希望する男性(30〜45歳)・女性(25〜40歳)、**定**男女各10人(多数の場合抽選)、**内**婚活パーティー、お寺体験、1対1フリー会話交流、**¥**3千円、**備**阪急茨木市駅・JR茨木駅からバス送迎あり、**申**10月15日までに、同寺HP(下図読み取り)から申込、**問**同

QRコード



環境フェア

自然に親しむ散歩会 時11/21(土)・22(日)、10:30〜12:00・13:30〜15:00、**所**元茨木川緑地等、**定**各先着15人、**内**樹木や生き物等身近な自然を実感する、**備**5いばらき環境ポイント付与、**申**11/13(必着)までに、電話またはハガキ・ファックス・メール(住所・氏名・電話番号・講座名・希望日時を記入)で、〒567-8505 環境政策課 ☎620・1644、**℡**627・0289、✉kankyoseisaku@city.ibaraki.lg.jp

フードドライブ 時11/21(土)・22(日)、10:00〜16:00、**所**フリエイトセンター生活実習室、**内**缶詰、インスタント・レトルト食品(冷凍・冷蔵食品除く)、乾物、飲料等の寄付、**備**未開封のもの、賞味期限が明記され1か月以上あるもの、包装や外装が破損していないもの、常温で保存できるもののみ、状態により受付できない場合あり、身分確認要、詳細は市HP参照、3いばらき環境ポイント付与、**問**資源循環課 ☎620・1814

ダンボールコンポスト講習会 時11/21(土)、13:00〜15:00、**所**フリエイトセンター203、**対**市民、**定**先着12人、**内**生ごみを堆肥に変えるダンボールコンポストの作り方、**備**特製いばらき童子のコンポスト等を配付、5いばらき環境ポイント付与、**申**10/5、9:00から、電話で資源循環課 ☎620・1814

寺森 ☎643・4109

市消費者協会市民講演会 時10月26日(月)、午後1時30分〜3時30分、**所**フリエイトセンター204、**定**先着20人、**内**認知症と食生活(公社)府栄養士会会長 藤原政嘉さん、**申**10月5日から、電話で同協会 ☎624・5274(平日、午後1時〜4時)

ふれあいサロン会 時10月31日(土)、午後1時30分〜3時、**所**西河原多世代交流センター、**対**60歳以上の市民、**定**先着10人、**内**ボールペン習字、**申**同センター ☎623・9343

教師になりたい人向けサポート説明会 時11月4日(水)、午後2時〜3時、**所**福祉文化会館204、**対**休眠中含む小・中学校の教諭・養護教諭・栄養教諭免許所持者、**内**最新の学校の様子等を紹介、**申**教職員課 ☎620・1823

障害者当事者交流会 時11月7日(土)、午後2時〜4時、**所**障害福祉センター大会議室、**対**市内在住・在勤・在学者、**定**先着30人、**内**障害のある人ない人と一緒にレクリエーション、**備**手話通訳等が必要な人は事前連絡要、**申**電話またはファックス・メールで、ほくせつ ☎638・1466、**℡**638・1633、

☒ hokusetu24.toujisy@gmail.com

障害児通所支援事業所説明会 時11月

13日(金)、午前9時15分～午後0時30分、**所**市役所南館10階大会議室、**対**来年度に就学を控え、放課後等デイサービス事業所を利用予定の児童の保護者、**内**事業所ブースで説明・パンフレットの設置、**申**あけぼの学園 ☎626・0105

障害のある人もない人もいっしょに踊ろう! 時11月15日(日)、午後2時から、**所**フリエイトセンター多目的ホール、**定**先着15人程度、**内**身体表現ワークショップ(義足ダンサー 森田かずよさん)、**¥**千円、**申**10月2日から、市文化振興財団HPから申込、または電話で同財団 ☎625・3055



関天文観覧室 ☎622・6229

10月のプラネタリウム 時木・金曜日=15:00から、土・日曜日=10:30から・13:30から、(10/1・15休み)、**¥**100円、4歳～中学生50円



幼児のためのプラネタリウム「☆お星さま、みつけた☆」 時10/22(木)、10:00～10:30・11:00～11:30、**内**幼児のための特別投影

(以下共通) **定**先着12組(26人まで)、**備**詳細は市HP参照、**申**前営業日までに、文化振興課 ☎620・1810(月曜日から当週末分のみ受付)

いばらき観光ウォーク「藤原鎌足と地福寺コース」 時11月23日(祝)、午前9時

～午後2時30分、**定**先着45人、**内**JR摂津富田駅、阿武山山頂・見晴台(光明石)、地福寺、約6.3km、**¥**300円、**備**詳細は市観光協会HP参照、**申**10月15日～31日(消印有効)までに、ハガキまたはメール(代表者の住所、氏名、電話番号、参加人数を記入)で、〒567-0013太田東芝町1-1、同協会いばらき観光ウォーク「藤原鎌足と地福寺コース」係 ☎645・2020、☒winfoo@ibaraki-kankou.or.jp

講座・講習

市民人権講座 時10月15日(木)、午後7時～8時30分、**所**合同庁舎6階人権図

書閲覧室、**定**先着10人、**内**コロナ禍での自殺の現状(一社)メンタルさぽーたーズ「800代表 澤井登志さん」、**申**電話またはファックス・メールで、人権センター ☎622・6613、☒622・6868、☒jinu@ibaraki-jinken.org

人権講座「発達障がい児の理解と支援～児童虐待の早期発見と対応～」 時10月28日(火)、午前10時～11時30分、**所**豊川のち愛・ゆめセンター、**対**市民、**定**先着50人、**内**講師(一社)こどもの森 西岡光代さん、**申**10月2日、午前9時から、電話で同センター ☎643・2069

人権啓発研修会 時10月27日(火)、午後2時～3時30分、**所**福祉文化会館302、**定**先着65人、**内**既存差別が生み出した新型コロナナ差別(公財)反差別・人権研究所みえ常務理事兼事務局長 松村元樹さん、**申**電話またはファックス・メールで、市人権啓発推進協議会事務局(人権センター内) ☎622・6613、☒622・6868、☒jinu@ibaraki-jinken.org

こころのケア講座&語り合い 時10月23日(金)、午前10時～正午、**所**参加者のみ通知、**対**DV(精神的暴力含む)等の被害に遭った女性、**定**先着10人、**内**「世間の枠」と私らと、**申**電話でローズ

書閲覧室、**定**先着10人、**内**コロナ禍での自殺の現状(一社)メンタルさぽーたーズ「800代表 澤井登志さん」、**申**電話またはファックス・メールで、人権センター ☎622・6613、☒622・6868、☒jinu@ibaraki-jinken.org

WAM ☎620・9620

「わたし発見」ワークショップ 時

10月16日(金)、11月20日(金)、午前10時～正午、**所**オンライン会議ツール「Zoom」、**対**妊婦、子育て中の女性、**定**各先着4人、**内**5つのステップでイキイキと輝く道を選択できるように、**¥**各495円、**申**左図読み取りから申込または、メールで福良猫松本 ☎090・9542・3621、☒laneko22@gmail.com



ひとり親家庭講習「日商簿記3級検定受験対策講座」 保 時11月14日(来

年2月6日の土曜日(12月5日、来年1月2日除く)、全11回、**所**府立母子・父子福祉センター、**対**母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦、**定**18人(多数の場合抽選)、**¥**5千円、**申**10月14日(消印有効)までに、往復ハガキ(講座名・住所・氏名・年齢・職業・電話番号・志望動機、一時保育希望者は子どもの氏名・年齢を記入)で、〒537-0025大阪市東成区中道一丁目3-59、府母子家庭等就業・自立支援センター(府立母子・父子福祉センター内) ☎06・6748・0263

子育て講座「子どもの心の見つめ方」 時10月24日(土)、午後2時～3時30分、

定員・申込などの記載がない場合は事前申込不要または当日直接会場へ。費用の記載がない場合は参加無料。

記号の見方: 時とき、所ところ、対対象、定定員、内内容、¥費用・報酬など、持持ち物、備備考、申申込、



掲載しているイベントや行事等は中止・延期の可能性があります。開催の有無等は市 HP または 閩・申でご確認ください。また、参加の際は検温やマスクの着用をお願いする場合があります。ご理解とご協力をお願いします。



所福祉文化会館202、**定**先着30人、**内**長年のカウンセラーの立場から心の子育てをアドバイス（天理大学人間学部教授 仲 淳さん）、**申**電話で市民活動センター ☎623・8820

信じる子育てセミナー **時**10月15日（木）、11月19日（木）、午前10時30分～正午、**所**オンライン会議ツール「Zoom」、**定**各先着10人、**内**3歳からの「ほめ方・しかり方」おはなし会、**¥**各千円、**申**メールで福良猫的場 ☎072・807・5980、✉info@hal-hana.com

親まなび講座 **保** **時**10月23日（金）午前10時～正午、**所**太田公民館学習室、**定**先着10人、**内**子どもが言っていることを聞かない時等の対処法、**備**一時保育は10月16日までに要申込、**申**電話またはファックス・メール（氏名・電話番号・一時保育の有無を記入）で、社会教育振興課 ☎622・5180、**FA**X 622・

9858、✉katekyo@city.ibaraki.jp

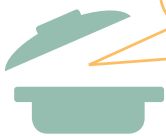
プラザ・あい保護者セミナー **時**10月24日（土）、午後2時～4時、**所**①オンライン会議ツール「Zoom」、②上中条青少年センター3階第2会議室、**対**ひきこもり・不登校・ニート・高校中退等の子どもを家族、**定**先着15人、**内**変化は「いいところ探し」から始まる（ユースプラザ支援員 松尾一廣さん）、**申**①左下図読み取りから申込、②電話またはファックス・メールで、ユースプラザ プラザ・あい ☎655・1821、**FA**X 647・6617、✉plaza-ai@system.jp

福祉と教育〜次なる茨木へ〜 **時**10月24日（土）、午後2時～4時、**所**福祉文化会館文化ホール、**定**先着170人、**内**幼児英才教育と障害者教育、**¥**500円、**申**メールで（一社）Next Cure 鳥居 ☎665・6229、✉info@kashinok2020.net

マザーズセミナー子育て世代のお金の話〜「年収の壁」編〜 **保** **時**①10月23日（金）、午前10時～11時40分、②30日（金）、午前9時45分～11時25分、**所**①ワークサポートたかつき（高槻市紺屋町1-2）、②ハローワーク茨木、**対**仕事と家庭の両立を希望する求職者、



食育ひろば



秋の食卓を美味しくヘルシーに！

柔らかくねっとりとした食感が美味しい里芋は、ホカホカのご飯と相性がよく、鮭や舞茸などと一緒に炊き込むことで旬の味覚を堪能できます。また、里芋の独特のぬめりには、高血圧予防や免疫力アップなどの効果があり、とても健康的。美味しくヘルシーな秋の味覚を楽しんでみてください。

閩保健医療課 ☎625・6685



材料 (4人分)

④

- 米……………2合
- 里芋……………200g
- 鮭……………1切れ
- 油揚げ……………1枚
- 酒・みりん・薄口しょうゆ……………各大さじ2
- 塩……………小さじ1
- 三つ葉……………適量
- にんじん……………60g
- しめじ……………40g
- 舞茸……………40g
- だし用こんぶ……………適量
- ……………各大さじ2
- ……………小さじ1
- ……………適量



作り方

- ①炊飯器に米を入れ、2合の目盛りまでの水とだし用こんぶを加えて約30分おく。
- ②里芋は皮をむいて一口大に切り、にんじんは千切り、油揚げは細切りに。
- ③①に調味料④を加えて混ぜ、②と鮭、小房に分けたしめじと舞茸のせて炊く。
- ④炊き上がったら、鮭を取り出し皮と骨を除き、身をほぐして炊飯器に戻し混ぜ合わせ、お茶碗によそい、最後に三つ葉のせる。



里芋の炊き込みごはん

定先着①30人・②42人、**備**一時保育は各14日前までに要申込、**申**10月5日から、電話でハローワーク茨城☎623・2551(部門コード32#)

スマートフォン初心者入門講座 時10月16日(金)、午前10時～正午・午後2時～4時、**所**市民活動センター会議室、**定**各先着15人、**内LINE**、スマホ決済(ソフバンク認定スマホアドバイザー)、**申**電話で同センター☎623・8820

Myスマホ・タブレット講座、LINE入門 時10月16日(金)・23日(金)・30日(金)、午前10時～正午、全3回、**所**シニアプラザいばらき、**対**60歳以上の市民、**定**先着15人、**内LINE**の設定・会話、電話写真、**¥**3千円、**申**ハガキ(氏名・住所・電話番号・端末種類・使用頻度を記入)で、〒567-0841 桑田町24-21、茨木シニアCTA(同プラザ内)☎090・1676・0491



「My①スマホ・②パソコンでデジタルフォトアルバム作り」**ボランティア講座** 時①10月21日(水)・②28日(水)、午後2時～3時30分、**所**福祉文化会館社会福祉協議会会議室、**定**各先着5人、**内**講話「ボランティアの心がまえ」、懐かしい写真の取り込みと簡単な編集、**持**取り込み用写真数枚、①Android10.0・OS8.1以降のOS搭載スマートフォン、②Windows10のノートパソコン、**問**同協議会☎627・0086

タブレット①初心者・②ステップアップ教室 時11月5日～26日の木曜日、①午後1時～2時30分・②3時～4時30分、**所**生涯学習センター302、**対**文字入力ができる60歳以上の市民(過去の受講者除く)、**定**各20人(多数の場合抽選)、**内**①簡単な操作方法、②アプリの便利な使い方、**備**タブレット貸与あり、①②同時申込不可、**申**10月15日(必着)までに、往復ハガキ(1枚で1人まで、郵便番号・住所・名前・ふりがな・電話番号を記入)で、〒567-0028 畑田町1-43、同センター①「タブレット初心者教室」係・②「タブレットステップアップ教室」係☎624・8182

楽しく学ぶ初心者のパソコン教室 時・内右下表のとおり、**所**市シルバー人材センター、**定**各先着10人、**¥**各1500円、回数券あり(5回分6千

楽しく学ぶ初心者のパソコン教室

とき(10月)	内容
9日(金) 15日(休) 19日(月) 21日(水) 23日(金)	9:30～11:30 ワード 13:30～15:30 エクセル
13日(水)	9:30～11:30 インターネット 13:30～15:30 メール
27日(水)	9:30～11:30 スマホ 13:30～15:30

円)、**備**Windows10を使用、**申**各3日前までに、ハガキまたはファックス(住所・氏名・年齢・電話番号・日時・内容を記入)で、〒567-0086 東奈良一丁目4-1、同センター☎634・8990、**問**634・9449



パソコン教室 時10月20日(火)・27日(火)、

午前10時～正午、全2回、**所**豊川いのち・愛・ゆめセンター、**対**市民、**定**先着8人、**¥**千円、別途テキスト代、**申**10月2日～13日、午前9時から、電話で同センター☎643・2069

ワードで年賀状を作ろう 時11月14日(出)、午前10時～正午・午後1時30分～3時30分、**所**総持寺いのち・愛・ゆめセンター、**対**文字入力とマウス操作ができる人、**定**各先着8人程度、**内**ワード2016(Windows10)で年賀状をデザイン、**¥**600円、**備**車での来場不可、**申**10月1日、午前10時から、電話で同センター☎626・5660

かんたん!はじめてのプログラミング 時10月24日(出)、①午前10時～正午・②午後2時～4時、**所**総持寺いのち・愛・ゆめセンター、**対**小学①1～3・②4～6年生、**定**各先着8人、**内**Scratchでゲームを作ってプログラミングの基礎を学ぶ、**備**車での来場不可、**申**10月1日、午前10時から、電話で同センター☎626・5660

はじめての英会話 時10月14日(水)・28日(水)、午後5時30分～7時、**所**西河原多世代交流センター、**対**市内在住の小学4～6年生、**定**各先着8人、**備**利用登録要、**申**同センター☎623・9343

シニア英会話教室 時①10月21日(水)、

定員・申込などの記載がない場合は事前申込不要または当日直接会場へ。費用の記載がない場合は参加無料。

記号の見方: **時**とき、**所**ところ、**対**対象、**定**定員、**内**内容、**¥**費用・報酬など、**持**持ち物、**備**備考、**申**申込、



掲載しているイベントや行事等は中止・延期の可能性があります。開催の有無等は市 HP または 問・申でご確認ください。また、参加の際は検温やマスクの着用をお願いする場合があります。ご理解とご協力をお願いします。



モーニングヨガ 時10月6日(火)・20日(火)、午前8時～9時、**所**葦原多世代交

ヤクルト健康セミナースタンプリ
時10月20日(火)、午前10時～11時30分、**所**西河原多世代交流センター、**対**60歳以上の市民、**定**先着10人、**内**講演、空き容器工作、**申**同センター ☎623・9343

学習サポート 時10月4日(日)・11日(日)・18日(日)・25日(日)、午前9時～正午、**所**福井多世代交流センター、**対**市内在住・在学の中学・高校生、**内**宿題、苦手科目等をサポート(学習支援アドバイザー)、**問**同センター ☎643・1300

②11月4日(水)、午前10時30分～正午、**所**西河原多世代交流センター、**対**60歳以上の市民、**定**各先着8人、**内**①初級・②入門コース、**備**利用登録要、**申**同センター ☎623・9343

ダンス体験講座 時10月31日(土)、午後1時30分～2時30分、11月28日(土)、午前10時～11時、全2回、**所**障害福祉センター、**対**市民(障害者手帳保持者優先)、**定**20人(多数の場合抽選)、**申**10月2日～17日に電話・ファックスまた

認知症家族介護教室 時10月29日(木)、午後1時30分から、**所**小規模多機能センターなどでしこ2階、**対**市民、**定**先着25人程度、**内**口腔ケア、交流会、**申**地域相談支援室 ☎657・7717

視覚障害者のための福祉研修会「音声が出る日用品触って聞いてみよう」
時10月30日(金)、午前10時～11時30分、**所**障害福祉センター、**対**市内在住・在勤の視覚障害者と家族、視覚障害者への支援を希望する市民、**定**先着15人、**申**10月2日～9日に、電話または直接、同センター ☎620・9818

精神保健ボランティア入門・体験講座
時11月11日(水)、午後1時～2時30分、**所**障害福祉センター研修室、**定**先着5人、**内**講話「ボランティア活動の心がまえ」、精神保健ボランティアの活動紹介・体験等、**問**市社会福祉協議会 ☎627・0086

流センター、**対**60歳以上の市民、**定**各先着10人、**¥**500円、**備**利用登録要、**申**同センター ☎637・2422

点描曼荼羅画講座 **保** 時11月6日(金)、午後1時30分～4時、**所**生涯学習センター、**対**中学生除く15歳以上の市

子どもセミナー 時①10月31日(土)、午前10時30分から・②午後1時30分から、③11月14日(土)、午前10時30分から・午後1時から・2時30分から、各1時間、**所**①豊川・②沢良宜いのち・愛・ゆめセンター、③上中条青少年センター、**対**市内在住の小学生、**定**各14人(多数の場合抽選)、**内**①②ぬりえでかざる万華鏡、③お城や雪だるまのアロマキャンドル、**¥**①②250円、③500円、**持**①②色えんぴつ、③エプロン・持ち帰り袋・気泡入り緩衝材、**申**①②10月14日・③28日(消印有効)までに、往復ハガキ(一枚で兄弟姉妹のみ同時受付可、参加希望場所・日時、郵便番号、住所、保護者・子どもの氏名・ふりがな、学校名、学年、電話番号を記入)で、〒567-0881上中条二丁目11-22、上中条青少年センター ☎622・5180

は直接、同センター ☎620・9818、**Fax** 620・9812
親子でリズム体操 時10月13日(火)、午前10時～11時、**所**葦原多世代交流センター、**対**市内在住の未就学児と保護者、**定**先着5組、**¥**500円、**備**利用登録要、**申**同センター ☎637・2422

手作り陶器に挑戦 時10月21日(水)・28日(水)、11月4日(水)・18日(水)、午後1時45分～3時30分、全4回、**所**豊川のち・愛・ゆめセンター、**対**市民、**定**先着6人、**¥**3500円、**申**10月2日～

おしゃべり「ちよきん箱」をつくらう
時10月10日(土)、午前10時～正午・午後1時～3時、**所**市民活動センター会議室、**対**小学4年生以上、**定**各先着12人、**内**コインを入れると録音した自分の声が聞こえる貯金箱をつくる(デジタルえほんサークル「ルピナス」)、**¥**600円、**問**同センター ☎623・8820

民、**定**先着15人、**内**ボールペンで初心者向けの点描曼荼羅を描く(曼荼羅画アーティスト 谷口喜美子さん)、**¥**500円、**備**一時保育は10月28日までに要申込、**申**10月14日、午前9時から、電話または直接、同センター ☎624・8182



8日、午前9時から、電話で同センター
☎643・2069

秋の工作教室&さつまいも掘り・火おこし体験

時10月31日(出)、午前9時30分〜午後3時、**所**里山センター、**対**市内在住・在勤の5歳以上の子どもと保護者、**定**先着15人、**内**自然工作、さつまいも掘り、古代の火おこし体験、**¥**1人300円、**備**天候により内容の変更あり、昼食は各自で用意、5いばらき環境ポイント付与、**申**10月1日、午前9時から、同センター☎646・7531

里山センター自然工作教室

時10月17日(出)、午前10時〜午後3時、**所**同センター、**定**先着10人、**内**里山の自然素材を使った工作、**¥**300円、**申**同センター☎646・7531



自然体験教室「はじめての登山」

時①11月8日(日)、午前10時〜正午、②15日(日)、5時間程度、全2回、**所**①生

涯学習センター、②竜王山(荒天中止)、**対**中学生除く15歳以上の市民、**定**先着14人、**内**①登山を始めるにあたっての道員選りや持ち物等、②初心者向け登山(日本山岳ガイド協会認定登山ガイド 岡田敏昭さん・岡田知子さん)、**¥**交通費・資料代等実費、**備**①一時保育は11月1日までに要申込、**申**10月1日、午前9時から、電話(1回で2人まで)で同センター☎624・8182

身近な環境と向き合う講座「地球温暖化と私たちの生活」

時10月24日(出)、午後1時30分〜3時30分、**所**フリエイトセンター302、**対**市内在住・在勤・在学者、**定**先着18人、**内**講師 市環境教育ボランティア生活環境部会、**備**5いばらき環境ポイント付与、**申**電話またはハガキ・ファックス・メール(講座名・住所・氏名・電話番号を記入)で、〒567-8505 環境政策課☎620・1644、**fax**627・0289、**✉** kankyoseisaku@city.ibaraki.jp

自然に親しむ探検講座「いばきたの秋の草花を観察ハイク」

時10月22日(休)、午前10時〜午後3時、青少年野外活動センター集合、**対**軽ハイキング可能な人、**定**先着15人、**内**同センター内の植物観察と散策(市環境教育ボランティア 太田 仁さんほか)、**持**弁当等、**備**5いばらき環境ポ

イント付与、**申**電話またはハガキ・ファックス・メール(講座名・住所・氏名・電話番号を記入)で、〒567-8505 環境政策課☎620・1644、**fax**627・0289、**✉** kankyoseisaku@city.ibaraki.jp、**問**同ボランティア自然観察部会太田☎626・3797

つくろう! わたしのつた、誰でもできる作詞作曲講座

時11月14日(出)、午後2時〜4時、**所**オンライン会議ツール「Zoom」、**定**先着20人、**内**講師 アカペラボーカルグループの志村篤史さん、**¥**千円、**申**10月1日から、市文化振興財団HPから申込、**問**同財団☎625・3055

落語講座「行こう! 落GO!〜笑いでコロナをぶっ飛ばせ!〜」

時10月17日(出)、午前10時〜11時、**所**沢良宜のち・愛・ゆめセンター、**対**市内在住・在勤・在学者、**定**30人(多数の場合抽



選、当選者は10月14日までに連絡)、**内**出演 社会人落語日本一決定戦チャンピオン 喜怒哀楽さん、**申**10月5日、午後5時までに、電話・メール・ファックスまたは直接、同センター☎635・7667、**fax**637・0794、**✉** sawaragi_ai@city.ibaraki.jp

歴史探偵団の調査ファイルから「移動する神々」かくも神々は動けり!

時10月22日(休)、午後2時〜4時、**所**福祉文化会館302、**定**先着50人、**内**古社が移動する理由、歴史的背景を探る(元市史編さん室職員 田中裕三さん)、**申**電話で市民活動センター☎623・8820

三島地域はたらく人たちのワールルセミナー

時①10月16日・②30日、③11月6日・④20日・⑤27日、**所**①高槻市立生涯学習センター(高槻市桃園町2-1)、②福祉文化会館202、③吹田市立千里市民センター(吹田市津雲台一丁目2-1)、④島本町ふれあいセンター(島本町桜井三丁目4-1)、⑤摂津市立コミュニケーションプラザ(摂津市南千里丘5-35)、**対**茨木市・高槻市・吹田市・摂津市・島本町在住の勤労者、労働組合関係者、事業主、人事・労務担当者、就職活動中の人等、**定**各先着①25人・②④30人・③50人・⑤20人、**内**①労働法のいろはを知ろう(京

定員・申込などの記載がない場合は事前申込不要または当日直接会場へ。費用の記載がない場合は参加無料。

記号の見方: **時**とき、**所**ところ、**対**対象、**定**定員、**内**内容、**¥**費用・報酬など、**持**持ち物、**備**備考、**申**申込



掲載しているイベントや行事等は中止・延期の可能性があります。開催の有無等は市 HP または 関・国 でご確認ください。また、参加の際は検温やマスクの着用をお願いする場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

35歳からのキャリアアップ面接会



時

都大学名誉教授 西村健一郎さん、
②職場におけるハラスメント（立命館
大学教授 佐藤敬二さん）、③同一労働
同一賃金に向けての中小企業の実務
対応（弁護士 村本 浩さん）、④ワー
クライフバランスの実現に向けて（同
志社大学准教授 寺井基博さん）、⑤
働き方改革（大阪市立大学大学院教授
根本 到さん）、**甲商工労政課** ☎620・
1620

女性向け起業セミナー（入門編） **保**
時11月8日（日）、午前10時～午後3時、
所ローズWAM501・502、**対**市内在住・
在勤・在学の女性、**定**先着20人、**内**起
業のための基礎知識（中小企業診断士
岩崎直子さん）、起業した女性の講演
（Soraname bagel）、**料**千円、**備**一
時保育は10月26日までに要申込、**申**市
HPから申込、または電話で商工労政課
☎620・1620

今年度のヒューマンワード **内**今年印象
に残った人権にかかわるテーマやキー
ワード・文字等、20文字以内、**備**入選
作品はみしま・まちの玉手箱（来年2
月開催予定）で表彰・展示、**申**10月1
日～11月20日（消印有効）に、郵送ま
たはファックスで、〒567-0801 総持
寺二丁目5-36、総持寺いのち・愛・
ゆめセンター ☎626・5660、**FAX**622・

募 集

分譲マンションセミナー **時**11月3
日（祝）、午後1時30分～4時30分、**所**
市役所南館8階会議室、**定**先着30
人、**内**大規模修繕工事の解説（府建築
士会マンション維持管理支援委員会
桑原宏明さん）、**申**10月27日まで、
ファックスまたはメール（氏名・参加
人数・分譲マンションに住んでいる人
はマンション名を記入）で、居住政策
課 ☎655・2755、**FAX**620・1730、
✉jutaku@city.ibaraki.lg.jp

10月8日（木）9日（金）、午後2時～4時、
所ハローワーク茨木、**内**おおむね35～
54歳の求職者、**内**就職氷河期世代の採
用に積極的な企業（2社）による面接
会、**持**面接希望企業分の履歴書、ハロー
ワーク受付票・紹介状（ある人のみ）、
問ハローワーク茨木 ☎623・2551（部
門コード41#）

**「mネット大賞」わがマンションの自慢
したいこと** **対**市内のマンション居
住者・管理組合、**内**マンション運営の
ヒントになる身近ないいことやマン
ション全体での取組み等日常生活を
豊かにするための工夫や活動、**備**優れた
活動には賞品あり、詳細は市HP参
照、**申**10月1日～11月30日に、電話ま
たはハガキ・ファックス・メール（住
所・マンション名・氏名・電話番号・
応募タイトル・活動内容を記入）で、



8909
生涯学習センター展示コーナー出展者
時来年4月～再来年3月（きらめき講
座受講生作品展、市のイベント期間
除く）の間で2週間程度、**対**市公共施
設で制作活動をしている団体・個人、
内同センター1階展示コーナーでの絵
画・書道等の作品展、**申**10月8日、
午前9時30分から、直接、同センター
☎624・8182

市民スポーツフェスティバル **時**11月
23日（祝）、①午前9時30分から・③午
後2時から、各30分前から受付、**所**①
③市民体育館、②南市民体育館、**内**①
③デカスコン大会、②フットサル大会、
③デカスポテニス大会、**備**1チーム①
3人・②5～12人・③2人で編成、①
③定数に満たない場合は個人申込可
申10月5日～23日までに、市HPから申
込、または申込書（スポーツ推進課、
各市民体育館、各公民館で配付、市HP
からダウンロード可）を、ファックス・
直接、同課 ☎620・1608、**FAX**624・

スポーツ

府営住宅入居者（総合募集） **対**一般、
新婚・子育て、福祉（高齢者・ひとり
親・障害者等）世帯等、所得制限等あり、
備重複申込不可、**申**10月1日～15日（消
印有効）に、申込書（10月1日から三
島情報プラザ、市役所本館・南館両東
玄関受付、建築課、生活福祉課、各い
のち・愛・ゆめセンターで配付）を専
用封筒で郵送、または府営住宅HPから
申込、**問**（株）東急コミュニティー府営住
宅高規管理センター ☎685・1092

スポーツをする際は、飲み物を持参し、適切な水分・塩分補給に努めましょう。

問問合先、**✉**メールアドレス、HP ホームページ、**保**一時保育あり（原則有料、詳細は事前にお問い合わせを）

4767

居合道教室 時 毎週木曜日、午後7時～9時、**所** 市民体育館、**内** 無双直伝英信流、**¥** 入会金3千円、月2千円、**申** 電話またはメールで、市居合道連盟小林 ☎090・8163・8451、**✉** PKK01651@nifty.ne.jp

ローズカップレディーステニス大会 時 11月10日(火)、午前9時から、予備日11月24日、**所** 若園公園庭球場、**内** 2ダブルスによる女子団体戦、**備** 詳細は市テニス連盟HP参照、**申** 10月16日(消印有効)まで(メールは20日、午後5時まで)に、申込書(同連盟HPからダウンロード)を、メールまたは郵送で、**〒** 567-0883 大手町9-28、同連盟事務局 ☎625・1056、**✉** crhww74214@yahoo.co.jp



社会人シングルステニス大会 時 ① 11月8日(日)・② 15日(日)、午前9時か

ら、予備日29日・12月6日、**所** 西河原公園南・北庭球場、福井運動広場庭球場、**内** 男女各シングルス戦(A・B級、45・55・60・65歳)、① 一般女子・壮年男子、② 一般男子・壮年女子、**備** 詳細は市テニス連盟HP参照、**申** 10月13日(消印有効)まで(メールは17日、午後5時まで)に、申込書(同連盟HPからダウンロード)をメールまたは郵送で、**〒** 567-0883 大手町9-28、同連盟事務局窓 ☎625・1056、**✉** crhww74214@yahoo.co.jp

池上杯バドミントンシングルス大会 時 11月29日(日)、午前9時から、**所** 市民体育館、**対** 市内在住・在勤・在学・在クラブで市バドミントン連盟登録者(申込時登録可)、**内** 男女シングルス個人戦、リーグ戦後、必要に応じて決勝トーナメント、**¥** 1500円、高校生以下千円、**備** 11月14日、午後1時から、市民体育館会議室で抽選、詳細は同連盟HP参照、**申** 11月7日、午後5時までに、申込書(同連盟HPからダウンロード)を、ファックスまたは直接、同連盟事務局窓 ☎・**FAX** 633・5866

バドミントンビギナー大会 時 11月7日(土)、午前9時から、**所** 市民体育館、**対** 小学生以上の市内在住・在勤・在学のバドミントン連盟登録者(当日登録可)、**内** 男女ダブルス(一般・高校生以下の部)、ミックスで男子ダブルス



茨木東スポーツクラスレッツスポーツ教室

時・対・定・内 下表のとおり、各全16回、**所** 東市民体育館、ジュニアテニスは東雲運動広場庭球場、**¥** 受講料=会員2,800円、会員外11,200円(テニスは会員3,600円、会員外14,400円)、入会金=1,000円、中学生以下500円(初年度のみ)、会費=月1,000円、中学生以下月500円、**申** 10/1から、直接、同クラブ窓口(同体育館内) ☎633・5701(9:00～17:00、火曜日除く)

教室名		対象	とき(11月～来年3月)		定員(先着)
ポディシェイプ キックエクササイズ グラップリング もっとゆっくりリズム体操 アロハフラ(初心者) ピラティス 保 やさしいピラティス ヨガ サーキットエアロ ウェーブストレッチング バレトン	16歳以上	月	17:30～18:30	15人	
			20:00～20:40		
			20:00～21:30		
	60歳以上	水	10:30～11:30	10人	
			13:00～14:00		
			9:00～10:00		
	16歳以上	木	12:00～13:00	5人	
			19:30～20:30		
		金	19:15～20:00	15人	
			20:10～21:10		
土	19:00～20:00	20人			
ジュニア	小学生	月	16:30～17:30	10人	
			水	18:00～19:30	15人
				19:30～21:00	20人
	小学生	土	14:40～15:50	10人	
			16:30～18:00	20人	
			9:00～11:30	30人	
小学3～6年生	15:45～17:00	5人			



掲載しているイベントや行事等は中止・延期の可能性があります。開催の有無等は市 HP または 問・申でご確認ください。また、参加の際は検温やマスクの着用をお願いする場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

に参加可、リーグ戦後必要に応じて決勝トーナメント、**¥1**人千円、中学生以下300円、登録料500円、高校生200円、中学生以下無料、**備**組み合わせは主催者が決定、詳細は同連盟HP参照、**申**10月17日午後5時までに、申込用紙(同連盟HPからダウンロード)を、ファックスまたは直接、同連盟事務局窓口に、**☎**633・5866

市民ゲートボール大会 時11月15日

(日)、午前8時40分から、8時20分から受付、雨天時22日、**所**西河原公園南グラウンド、**対**市内在住・在勤・在学者、**定**先着12チーム(1チーム5〜8人、**¥1**チーム2千円(抽選会時に徴収)、**備**抽選会は11月9日、クリエイトセンター、**申**10月30日までに、申込書(スポーツ推進課で配付)を郵送で、〒567-0006 耳原二丁目9-39-3、市グラウンドゴルフ連盟長谷**☎**643・8322

市民グラウンド・ゴルフ大会 時11月11日(水)

午前9時から、8時30分から受付、雨天時18日、**所**若園運動広場グラウンド、**対**市内在住・在勤・在学者、**定**先着200人、**¥**千円、**申**10月16日までに、電話またはファックス(氏名・住所・電話番号を記入)で、市グラウンド・ゴルフ連盟事務局**☎**635・9981

市長杯ゴルフ大会 時12月7日(月)、**所**

茨木カンツリー倶楽部(大字中穂積

25)、**対**18歳以上の市内在住・在勤・在学者で市ゴルフ連盟会員(申込時加入可)、**定**240人(多数の場合抽選)、**内**1ラウンドダブルペリア方式、**¥**3千円、プレー費1万4745円(昼食代込み、当日精算)、**申**10月10日までに、往復ハガキ(会員番号・郵便番号・住所・氏名・電話番号を記入、返信用ハガキは白紙)で、〒567-0835 新堂一丁目22-30、同連盟事務局**☎**632・2703

能力向上かけっこ教室 時11月1日

(日)、午前10時〜11時30分、雨天中止、**所**中央公園南グラウンド、**対**小学生、**定**先着50人、**内**トップアスリート等によるかけっこ指導等、**申**10月25日までに、電話で(一社)まちづくり協会**☎**657・9817

みんなで歩こう市ハイキングクラブ

時毎月第2日曜日、**内**近郊の社寺・旧跡等を歩く、**¥**年3千円、**10**月のハ



イキング 時10月11日(日)、午前8時、JR茨木駅改札口前集合、**対**市民、**内**京都市内のパワースポットを巡る、約12km、**¥**500円(交通費、拝観料除く)、**持**弁当・水筒・雨具・敷物等、**問**同クラブ事務局**☎**622・8569

図書館

〔中央図書館 ☎627・4129〕

読書会 時①10月8日(水)、午前10時〜正午、②23日(金)、午後1時30分〜3時30分、**所**中央図書館2階会議室、**内**①「盤上の向日葵 柚月裕子著、中央公論新社、②「星の子」今村夏子著、朝日新聞出版



富士正晴記念館企画展示 時来年3月

31日(水)まで、午前9時30分〜午後5時、**所**同館展示室、**内**「陰の善人・天野忠陽の善人・富士正晴」展



移動図書館「ともしび号」巡回日程表(10月)



巡回場所	巡回日	時間
郡山団地 A5 棟前	8 日(水)	14:00 ~ 16:00
車作クラブ		10:40 ~ 11:10
忍頂寺自治会館		11:20 ~ 11:50
見山の郷	9 日(金)	13:00 ~ 13:45
北辰出張所	23 日(金)	14:00 ~ 14:30
大岩自治会館		14:45 ~ 15:15
美穂ヶ丘南公園	10 日(土)	14:00 ~ 16:00
	24 日(土)	
白川中央公園	11 日(日)	
	25 日(日)	

巡回場所	巡回日	時間
安威府宮住宅集会所	14 日(水)	14:00 ~ 16:00
蔵垣内会館	16 日(金)	
春日丘八幡宮	17 日(土)	
郡山府宮住宅集会所 (B15 棟前)	18 日(日)	
北春日丘児童遊園	21 日(水)	
岩倉公園	22 日(木)	10:00 ~ 12:00
西福井府宮住宅集会所		14:00 ~ 16:00

スポーツをする際は、飲み物を持参し、適切な水分・塩分補給に努めましょう。

問問合先、☎メールアドレス、HP ホームページ、**保**一時保育あり(原則有料、詳細は事前にお問い合わせを)

みんなの掲示板

12月号の掲載依頼の締め切りは10/20まで、1月号の掲載依頼の受付は10/21からです。掲載申込は郵送・ファックス・メールまたは直接、〒567-8505 まち魅力発信課 ☎ 620・1602、☎ 624・8961、✉ machimiryoku@city.ibaraki.lg.jp

「みんなの掲示板」は、市内で活動している小規模なグループや市民団体等に情報発信の場を提供し、市民相互の情報交換を図るためのコーナーです。どうぞご利用ください。

開催

- ◎太極拳なごみ会無料体験会 10/1・8・15・22・29、10:00～11:30、市民体育館、☎ 同会竹下 080・3823・9192
- ◎茨木太極拳同好会無料体験会 10/3・10・17・24、10:00～12:00、茨木公民館、☎ 同会大西 623・9901
- ◎やさしいヨガ体験レッスン 10/3・10・24、14:00～16:00、天王公民館、初参加者、500円、☎ 天王ヨガの会 生島 633・2071

- ◎中国式気功・太極拳オンライン練習会 10/13、8:45～10:00、25、18:45～20:00、オンライン会議ツール「Zoom」、軽い運動が可能な人、メールで要申込、☎ 中国式太極・養生研究会 ☎ 080・5354・6334、✉ kiko.taiji@gmail.com
- ◎産後ケア、育児のお話会 10/28、10:20～11:05・11:15～12:00、穂積コミセン、3歳以下の母親、要申込、☎ 体力メンテナンス協会 ASA MI-PARK東房080・5663・2972、✉ asamibalanceball@gmail.com

募集

- ◎やさしい着付け 第1・3月曜、葦原コミセン、第2・4火曜、中津コミセン、第2・4金曜、西河原コミセン、10:00～12:00、女性、月3,300円、☎ 着付け彌十世会岡井 090・5045・1670

次のように省略しています
コミセン=コミュニティセンター

輝く地元アスリート



本市ゆかりのアスリートが活躍中！
問合せ スポーツ推進課 ☎ 620・1608

東京、パリオリンピック出場に向け、今できることを全力で

立命館大学ホッケー部（女子）に所属している浦田選手は、お姉さんの影響で中学1年生からホッケーを始め、高校3年生のときには、U-18日本代表に選出。大学では、強くて早いパスやボールを30～40m浮かして飛ばすスクープという技によるアシストを武器に、攻撃の中心選手として活躍しています。また、負けず嫌いの性格を生かした粘り強いディフェンスも持ち味で、攻守の要になっています。昨年は、日本代表「さくらジャパン」に選ばれ、国際大会に初出場したほか、大学チームでも「全日本大学ホッケー王座決定戦」で15年ぶりの優勝に貢献しました。学生生活最後の今年は、新型コロナウイルス感染症の影響で4月頃から約2か月間、全体練習ができず、スティックすら使えない日々が続いていましたが、10月に初の公式戦の開催が決まりました。



浦田選手は「十分な練習ができず、つらく悔しい日々でしたが、練習が再開し、ホッケーができる喜びを改めて感じる事ができました。今後、残り少ない大学での試合や東京、パリオリンピック出場に向け、今できることを全力で頑張ります」と話しました。

市ゆかりのトップアスリートを支援！

市では、国際的なスポーツ大会で活躍が期待できる本市ゆかりの選手に練習所や競技費用等を支援しています。また、本市ゆかりのトップアスリートの情報を募集しています。詳細は市HP(右図読み取り)参照。



立命館大学ホッケー部（女子）
浦田果菜さん