

イベントや行事等は変更・中止等の可能性があります。開催の有無や申込方法等でご不明な点がございましたら、市・各主催団体 HP または☎・☎でご確認ください。

イベント

立命館大学園祭オー・シー祭典 時12月3日(日)、午前11時～午後6時30分、**所**

立命館大学大阪いばらきキャンパス、**内**模擬店、ダンスパフォーマンス、楽器演奏等、**備**詳細は同イベントHP参照、**問**同イベント実行委員会 ☎665・2140

たそがれコンサート 時12月3日(日)、午後4時30分から、**所**ローズWAMエントランス、**内**ゴスペル(with JOY)、**問**ローズWAM ☎620・9920

いばきたマルシェ〜山とまちをつなぐ〜 時毎月①第1・3月曜日、②第1・3金曜日、③第2・4金曜日、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**市北部地域「いばき



たーの新鮮な野菜や加工品等の販売、①Enjo河野屋(忍頂寺等)、②アグリファーム佐保、③泉原ファーマーズ、**問**北部整備推進課 ☎620・1609

ハートフル発表会 時12月5日(火)、午後1時～3時30分、**所**おにクルきたしんホール、**内**障害福祉センターの事業・講座の舞台発表、**問**同センター ☎620・9818

いばじャルのちょっと楽しいコト展 時12月9日(土)、午後1時～4時、**所**おにクル市民交流スペース、**内**いばじャルとは?、市内のおすすめスポットをみんなでシェア、**問**メッセージオフィス iwami ☎080・2419・8181

追大 Candle Night 時12月9日(土)、午後6時～8時、**所**中央公園グラウンド、**内**学生や地域の人が作ったキャンドルによるイルミネーション、**問**追手門学院大学広報課 ☎641・9590

ワムワムらぐぐ 時12月10日(日)、午後2時から、**所**ローズWAMワムホール、**対**小学生以上、**定**当日先着180人、**内**落語家(露の都さん、桂 鞠輔さん)、ごども・女性落語サークルによる落語寄席、**料**500円、**問**ローズWAM ☎620・9920

親子映画観賞会 時12月10日(日)、①午

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、<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	新内の楽しみ 12 「銅鑼、豊穡の祈り。」	来年 2/11 (祝) 14:00 から	1,500円 未就学児不可	12/1
	茨木・午後の音楽会 今田 篤ピアノ・コンサート ～生で聴きたいクラシック～	来年 2/23 (祝) 14:00 から	1,500円 親子ペア 1,500円 小・中学生、 高校生 500円 未就学児不可	12/5
	いばらきオペラ亭 Vol.48 「道化師」	来年 2/25 (日) 14:00 から	1,800円 未就学児不可	

【チケット販売所】 同財団 ☎625・3055 (10:00～17:00)、クリエイトセンター・福祉文化会館チケットカウンター (10:00～17:00)、予約開始初日は窓口販売はしていません。◆同財団HPからもチケットの予約・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。

前10時～正午・②午後1時30分～3時30分、**所**葺原多世代交流センター、**対**市内在住の小学生以下と保護者、**定**各先着20組、**内**①ホーム・アローン、②ホーム・アローン2、**備**利用登録要、**申**電話または直接、同センター ☎637・2422

準農家マルシェ 時12月11日(月)・25日(月)、**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(売り切れ次第終了)、**問**農林課 ☎620・1622

おにクルへ一番乗り! ①堀江恵太&乾将方・②ヨハンシュトラウス四重奏団 時12月14日(木)、①午前11時から・②午後2時から、**所**おにクルきたしんホール、**内**①ピアノとヴァイオリンによるコンサート、②ウィーンのニュー

各施設の休館日等は市HP等でご確認ください。

☎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)

イヤークンサート、**¥**①千円、②1900円、**申**左下図読み取りから申込みまたは、メールで、
 INUI MUSIC SALON ☎
 090・9862・20053、
 ✉ inuimusic@gmail.com



お気軽相談 時12月14日(木)・28日(木)、来月1月11日(木)・25日(木)、午後0時30分～1時、**所**南茨木多世代交流センター、**対**市民、**内**生活の困りごとや不安(いきいきネット相談支援センターCSW)、**備**利用登録要、**問**南茨木多世代交流センター ☎632・0101

茨木映像芸術祭上映展覧会 時12月16日(土)～24日(日)、午後1時～7時(土・日曜日は午後0時から)、**所**ソシオ1～3階、**内**昨年開催の映像芸術祭の入賞作品の上映等、**備**詳細は下図読み取り参照、**問**文化振興課 ☎620・1810



ゆるやか女子会 **保** 時①12月16日(土)、②来年1月12日(金)、午後1時30分～3時、**所**ローズWAM①ワムカフェ・②ローズホール、**対**人間関係や生きづらさに悩む16歳以上の女性、**定**各先着10人、**内**①ボードゲーム、②リラクゼーション、**備**一時保育は
 ①12月8日・②27日ま



でに要申込、**申**左上図読み取りから申込みまたは、電話でローズWAM ☎620・9920

多文化共生「ツドイバ」 時①12月16日(土)、午後1時30分～4時、②21日(木)、午前10時30分～午後2時、**所**①総持寺・②沢良宜いのち・愛・ゆめセンター、**内**多文化交流、①リトアニアのクリスマスオーナメント作り、②インドネシアの料理・文化、**申**左図読み取りから申込みまたは、電話で各センター① ☎626・5660、② ☎635・7667



①**学習サポート**・②**学習室の利用時間を延長** 時12月16日(土)、①午後1時～3時・②6時～9時、**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**①宿題や苦手科目を学習支援アドバイザーがサポート、②自



習学習、**備**利用登録要、**問**同センター ☎643・1300

映画上映会 時12月16日(土)、午後2時～4時、1時30分から受付、**所**クリエイターセンターホール、**定**先着400人、**内**川端康成原作映画、**問**川端康成文学館 ☎625・5978

年越し蕎麦打ち体験 時12月17日(日)、午前9時～11時30分・午後1時～3時30分、**所**ナガヤもん(上穂積二丁目8-25)、**定**各先着6組(1組3人まで)、**¥**1組2500円、**申**左図読み取りから申込、**問**いばらき古民家再生・保存活用会 ☎090・2011・8591、✉ ichibei1958@gmail.com



ひとり親家庭交流会 時12月17日(日)、午前10時から、**所**ローズWAM502、**対**ひとり親家庭の親子、**内**制服等リサイクル、子育て相談会、**申**電話で市母子福祉会 ☎090・6327・1079

娘だるまワークショップ 時12月17日(日)、午前10時～正午、**所**おにクル1階オープンギャラリー、**対**3歳～小学生と保護者、**定**先着15人、**内**歴史文化姉妹都市大分県竹田市伝統工芸品「娘だるま」に関連した



オリジナルだるま作り、**申**12月1日から、左上図読み取りから申込、**問**文化振興課 ☎620・1810

ウィンターフェスティバル 時12月17日(日)、午前10時～午後3時、**所**西河原多世代交流センター、**東**保健福祉センター、**内**工作コーナー、クイズコーナー、スタンプリリー、体組成測定等、**問**東保健福祉センター ☎621・3371

WE ARE FRIENDS! ～英語で遊ぼう～ 時12月17日(日)、午後2時～4時、**所**フリエイトセンター303、**対**市内小学3年～中学生、**定**先着15人、**内**クリスマスクラフト(久徳ウエンディさん)、**¥**300円、**申**12月1日から、左図読み取りから申込みまたは、電話で市国際親善都市協会事務局(文化振興課内) ☎620・1810



認知症本人ミーティング 時12月19日(火)、午後2時～3時、**所**市役所本館6階第1会議室、**対**認知症の人または認知症の人と家族、**定**先着5組程度、**内**仲間と出会い、体験や希望を語り合おう、**申**電話で(福)慶徳会地域相談支援室 ☎657・7717

認知症サポーター座談会 時12月20日(水)、午後2時～3時、**所**市役所本館1階第3会議室、**対**市民、**内**認知症の人

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、

イベントや行事等は変更・中止等の可能性があります。開催の有無や申込方法等でご不明な点がございましたら、市・各主催団体 HP または☎・申でご確認ください。

への支援方法、活動情報、意見交換
申12月19日までに、電話で(福 慶徳
 会地域相談支援室☎657・7717

いばらきにじいろスペース 時12月20
 日(水)、午後6時〜8時、**所**ローズWAM、**対**性的マイノリティ当事者とその
 家族・支援者等、**内**セクシュアリティ
 のこと等を話せるスペース、**間**人権・
 男女共生課☎620・1640

にほんごオンライン交流会 時12月
 20日(水)、午後8時30分から、1時間
 程度、**所**NOOZ配信、**対**外国人また
 は外国にルーツのある人、**内**簡単な
 日本語を使つての会話・学習、**備**イン
 ターネット環境がない人は要相談、**申**
 下図読み取りから申込
 または、電話で総持寺
 のち・愛・ゆめセン
 ター☎626・56600



みんなの生きざらセミナー
 時12月2日(土)、午後2時〜3時30
 分、**所**Zoom配信、**対**ひきこも
 り・障害等の生きざらさを抱える
 人、**内**周囲には打ち明けにくい想
 や悩みを共有、**申**電話またはメー
 ルで、ユースプラザ「いばらき
 LOBBY」☎080・96007・5051、
 ☎ibarakilobby@gmail.com

WAMシアター **保** 時12月21日(木)、

午後2時〜4時、**所**ローズWAMフム
 ホール、**定**先着180人、**内**アンネ・フラ
 ンクと旅する日記、**備**字幕付き、一
 時保育は12月13日までに要申込、**申**
 12月2日、午前9時から、左図読み
 取りから申込または、
 電話、ファックス、直
 接、ローズWAM☎
 620・9920、**fax**620・
 9921



里親相談会 時12月23日(土)、午前10
 時〜午後4時、**所**救世
 軍希望館(中穂積二丁
 目)、**申**下図読み取り
 から申込、**間**同館☎
 623・3758



**川端康成文学館テーマ展示「新年を寿
 ぐ〜川端康成の書」** 時12月23日(土)〜
 来年1月31日(水)(火曜日を除く)、午
 前9時〜午後5時、**所**同館、**内**川端康
 成が知人に送った年賀状、新年にちな
 んだ墨書、**間**同館☎625・5978

ふれあいサロン会 時12月23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40人、**内**クリスマスコンサート(ア
 ンサンブル響)、**申**電話または直接、
 同センター☎623・9343

ナガヤもんイブ寄席落語と講談 時

12月24日(日)、午後1時30分から・4
 時から、**所**ナガヤもん(上穂積二丁目
 8-25)、**内**桂弥つこ、旭堂南斗、**¥**
 千円、**申**左下図読み取りから申込、**間**
 いばらき古民家再生・
 保存活用研究会☎090・
 2011・8591、
 ☎ichibei1958@gmail.com



①絵本の読み聞かせ・②うたってあそ
ぼう 時12月24日(日)、①午前10時〜10
 時45分・②10時50分〜11時20分、**所**福
 井多世代交流センター、**対**市内在住の
 小学生以下と保護者、60歳以上の市民、
内①お話グループ「そら」、②オカリ
 ナしやポッポ、**間**同センター☎643・
 1300

自分ひとりで本を楽しむ日 **保** 時
 12月25日(月)、午前9時〜正午、**所**ロ
 ザWAM405、**対**市内在住・在勤・在学
 の1歳〜未就学児の保護者、**定**先着8
 人、**内**いごもを預けて本を読む、**持**ロ
 ザWAMの図書利用カード(当日作成
 可)、**申**12月3日、午前9時から17日、
 午後5時までに、下図
 読み取りから申込また
 は、電話でローズWAM
 ☎620・9920



いばらき×立命館芸術振興プロジェクト 時12月27日(水)、午後2時から、**所**

二十歳のつどい

時 来年1/8(祝)、10:00 から=養精・平田・西陵・
 東雲・東・西中学校区、13:00 から=南・三島・北陵・
 北・豊川・天王・太田・彩都西中学校区、**所**お
 くにクルゴウダホール等、**対**平成15年4/2〜16
 年4/1生まれの市内在住者、**備**対象者に12月
 中旬に案内状を送付、**間**社会教育振興課☎622・
 5180

ローズWAMフムホール、**定**先着180人、
内打楽器アンサンブル、
¥千円、**申**下図読み取
 りから申込、**間**文化振
 興財団☎625・3055

竜王山荘お正月おせち料理販売 時12



各施設の休館日等は市HP等でご確認ください。

☎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)

ギャラリー 行こう。

福祉文化会館ギャラリー 〈展示は 9:00 ~ 19:00、最終日は 13:30 まで〉
▶ 12/18 まで = MOA 美術館市児童作品展

クリエイトセンターギャラリー 〈展示は 9:00 ~ 19:00、最終日は 13:30 まで〉
▶ 12/5 まで = 若葉会作品展 (洋画)、
▶ 6 ~ 12 = 彩の会 (水彩画)、▶ 13 ~ 19 = (一社) 遊書の会 (書)

市立ギャラリー 〈阪急口サヴィア 2 階、展示は 10:00 ~ 19:00、最終日は 17:00 まで〉
▶ 12/5 まで = MOE 展 (油彩・水彩)、
▶ 7 ~ 12 = 触れて感じる絵画 小笠原弘樹個展 (絵画・彫刻)

川端康成文学館ギャラリー 〈展示は 9:00 ~ 17:00、火曜日・12/28 ~ 来年 1/4 休み〉
▶ 12/17 まで = ラムネ温泉館コレクション展、▶ 23 日 ~ 来年 1/14 = 川端康成文学館俳句コンクール入賞・入選作品展

月 31 日 (日)、午前 8 時 ~ 正午、**内** 日本料理「燈々庵」プロデュース本格生おせち、① 1 人前 (5.5 寸 2 段)、② 2 人前 (8 寸 1 段)、③ 4 人前 (7 寸 3 段)、各限定 10 個、**¥**① 6500 円、② 1 万 3 千円、③ 3 万 8 千円、**申** 12 月 15 日、午後 8 時まで、電話で竜王山荘 ☎ 649・4402

追手門学院大学社会学部芸術文化事業上展会 & トークセッション **時** 来年 1 月 6 日 (出)、午後 0 時 30 分 ~ 4 時、**所** 福祉文化会館文化ホール、**定** 150 人 (多数の場合抽選)、**内** Mr.S&Doraemon (鈴



木 光ちゃん、Waiting for (原田裕規さん)、Transmission (ハルーン・ファロッキさん) ほか、出品作家等によるトークセッション、**申** 12 月 15 日までに、左上図読み取りから申込、**問** 文化振興課 ☎ 620・1810

障がい者当事者交流会 **時** 来年 1 月 6 日 (出)、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 45 人、**内** 障害のある人とならない人でレクリエーション、**備** マスク着用、検温あり、手話通訳等が必要な人は申込時連絡要、**申** 電話またはファックス、メールで、ほくせつ ☎ 638・1466、**内** ☎ 638・1633、**内** ☎ 638・1633

いばらき観光ウォーク「茨木の城めぐり」南部 4 城征服コース **時** 来年 1 月 21 日 (日)、午前 8 時 45 分 ~ 午後 0 時 30 分、**阪** 茨木市駅集合、**定** 先着 40 人、**内** 茨木城跡、茨木神社、兵衛、水尾城跡、佐和良宜神社、沢良宜城跡、三宅出羽守國村公碑、三宅城跡、防風庵、JR 千里丘駅、約 6 km、**¥** 500 円、**備** コースの詳細は市観光協会 HP 参照、**申** 12 月 15 日 ~ 31 日 (消印有効) までに、ハガキまたはメール (参加者全員の住所・



☎ hokusetu24.toujisy@gmail.com
グリーンノート **時** 来年 1 月 7 日 (日)、午後 1 時 30 分から、**所** 南茨木多世代交流センター、**対** 60 歳以上の市民、**定** 先着 50 人、**内** テナーサクソフーン、ピアノ、ギター & ボーカル、**備** 利用登録要、**申** 12 月 8 日から、電話で同センター ☎ 632・0101

みんなでダンス in ディキメンタリー上映会「だから、あなたと奏でるカラダ」 **時** 来年 2 月 3 日 (出)、午後 2 時 ~ 4 時、**所** クリエイトセンターセンターホール、**内** 森田かずよさん・一般公募参加者・追手門学院大学の学生とつくった「みんなで作るダンス公演」稽古から公演までを追ったドキュメンタリー映像の上映、トークセッション・資料展示等、**申** 12 月 1 日、午前 10 時から、下図読み取りか



氏名・電話番号を記入で、〒567-0013 太田東芝町 1-1、同協会いばらき観光ウォーク「南部 4 城征服」コース係 ☎ 645・2020、☎ wito@ibaraki-nankou.or.jp
国際交流の集い日本語スピーチコンテスト **時** 来年 1 月 28 日 (日)、午後 0 時 30 分 ~ 3 時 30 分、**所** おにクルきたしんホール、**対** 日本語が母国語でない小学生以上、**定** 8 人程度 (多数の場合事前審査あり)、**内** 自由テーマで日本語でスピーチ発表、**申** 来年 1 月 9 日まで、申込書に必要事項を記入の上、原稿 (800 字程度、文化振興課等で配付、市国際親善都市協会事務局 HP からダウンロード可) を、郵送またはメール、直接、同事務局 (文化振興課内) ☎ 620・1810、☎ cadifai@city.ibaraki.jp

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、

イベントや行事等は変更・中止等の可能性があります。開催の有無や申込方法等でご不明な点がございましたら、市・各主催団体HPまたは☎・申でご確認ください。

ら申込ままたは、電話で文化振興財団 ☎
625・3055

講座・講習

楽々開心体操 毎月2回、土曜日、午前10時30分～正午、**所**葦原多世代交流センター、**対**60歳以上の市民、**内**健康に生活するための話とストレッチ、有酸素運動や脳トレ体操、**備**利用登録要、**申**電話または直接、同センター ☎637・2422

① **モーニングヨガ**・② **ゆるヨガ** 時①月2回、火曜日、午前8時～9時、②月2回、金曜日、午前10時30分～11時30分、**所**葦原多世代交流センター、**対**60歳以上の市民、**定**各先着15人、**内**深い呼吸で心と身体のバランスを整える、**¥**各500円、**備**利用登録要、**申**電話または直接、同センター ☎637・2422

瞬発力を高めよう 時12月3日(日)、午後1時30分～3時、**所**西河原多世代交流センター、**対**市内在住の小学生(3年生以下は保護者同伴)、**定**先着30人、**内**セントラルスポーツのインストラクターによる指導、**申**電話または直接、同センター ☎623・9343

親子工作 時12月3日(日)、午前10時～



正午、**所**葦原多世代交流センター、**対**市内在住の小学生と保護者、**定**先着10組、**内**クリスマスミニリースとお正月手作りポチ袋、**備**利用登録要、**申**電話または直接、同センター ☎637・2422

スマホ相談 時来年3月25日までの毎週月曜日(祝日を除く)、1月9日(火)、2月13日(火)、午前9時～午後5時、1回30分以内、**所**市役所南館1階ロビー、**内**LINE等のアプリの使用方法等スマホに関する相談・疑問解消、貸出機による操作体験等、**備**予約優先、**申**電話でスマホ相談予約センター ☎0120・141・260、**問**DX推進チーム ☎647・2915

健康連続ミニ講話 時12月4日(月)、午前9時20分から、**所**沢良宜いのち・愛ゆめセンター、**内**こころの健康づくり(健康づくり課精神保健福祉士)、**問**同

センター ☎635・7667

① **基本**・② **初級シニア英会話** 時①12月6日(水)・②20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12人、**内**外国人対象の日本語教室講師による指導、**備**利用登録要、**申**電話または直接、同センター ☎623・9343

あいのまちの保健室(出張版) ～はつらつ長寿をめざして～ 時12月6日(水)、午後1時30分～3時30分、**所**イオンタウン茨木太田2階、**内**健康・認知症相談、脳トレ、認知機能・ストレス・ベジエック、**問**監野病院地域医療連携室 ☎621・1321

健康体操 時毎週木曜日、午前10時30分～11時30分、**所**葦原多世代交流センター、**対**60歳以上の市民、**定**先着40人、**内**骨盤を正しく整えて健康寿命を延ばす、**¥**500円、**備**利用登録要、**申**電話または直接、同センター ☎637・2422

クリスマスリース作り 時12月8日(金)、午後1時30分～3時、**所**沢池多世代交流センター研修室、**対**60歳以上の市民、**定**先着10人、**備**自動車での来場不可、**備**利用登録要、**申**電話または直接、同センター ☎624・1177

認知症家族教室 時12月9日(土)、午後

2時～3時30分、**所**(福)慶徳会研修室、**対**認知症の人の家族、**定**先着15人、**内**認知症の基本的理解、交流会、**申**12月8日までに、電話で同会地域相談支援室 ☎657・7717

シニアスマホ使いこなし教室「スマホ操作入門編」 時12月9日(土)・16日(土)・23日(土)、午後1時～2時30分、全3回、**所**ローズWAM405、**対**50歳以上の市民、**定**15人(多数の場合抽選)、**内**スマホの基本と操作、ネット検索とマップを音声入力で操作、スマホ・タブレット貸与あり、**¥**千円、**申**12月4日(必着)までに、左図読み取りから申込ままたは、ハガキ(氏名・住所・電話番号・使用している端末の種類を記入)で、〒567-0841 桑田町24-21、NPO法人茨木シニアICTA(シニアプラザ内) ☎090・16760491



人権連続講座「地域でのつながりの大切さを学ぼう」 時12月9日(土)、午後1時30分～3時30分、**所**総持寺いのち・愛ゆめセンター、**定**50人程度(多数の場合抽選)、**内**ふつうって何?「GRIQと共に生きる(NPO法人QWRIC 内藤れんさん)、**備**自動車での来場不可、**申**下図読み取りから申込ままたは、電話



プラネタリウム PLANETARIUM

問おにクル ☎ 631・0296

★12月のプラネタリウム

時 下表のとおり (12/11・25・29～31 休み)、
所 おにクルきたしんプラネタリウム、定各当日
先着 56人、¥400円、4歳～中学生 200
円 (30人以上の団体は 320円、4歳～中
学生 100円)、備右図読み取り参照



とき	9:30 から	10:15 から	11:15 から	12:15 から	13:30 から	15:00 から	18:00 から
土・日・祝			一般			一般	貸館 利用
月・木・金	団体		一般※	団体	一般※	一般	
火・水	貸館利用						

※団体投影がない場合のみ一般投影を実施

★天体観望会

時 12/14 (木)、18:30～20:00、雨天・曇天中止、内季節の星座、
ふたご座流星群、土星

★星砂で星座カード

時 12/23 (土)、12:00～13:00、所おにクル工作コーナー

で同センター ☎ 626・5660

スマートホン初心者なんでも個別相談

時 12月11日(月)～13日(水)、午前10時～
午後4時、所豊川いのち・愛・ゆ
めセンター、対市民、定各午前・午
後先着2人、申12月1日、午前10
時から8日、午後5時まで、左
図読み取りから申込または、電話、
ファックス、メール、直接、同センター
☎ 643・2069、FAX
641・4804、Etoyo
kawa_ai@city.ibaraki.
lg.jp



転倒予防体操 時12月12日(火)、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30
人、内転ばないための筋トレ・ストレッチ、
備利用登録要、申電話または直接、
同センター ☎ 623・9343

楽しく学ぶ初心者のパソコン教室 時

・内下表のとおり、所市シルバー人材
センター、各1500円、回数券あ
り(5回分6千円)、備Windows11
を使用、申各5日前までに、ハガキ・
ファックス(住所・氏名・年齢・電話
番号・日時・内容を記入)で、〒567-

楽しく学ぶ初心者のパソコン教室

とき (12月)	内容
11(月)	9:30～11:30 年賀状 (文面)
	13:30～15:30 年賀状 (宛名)
12(火)	9:30～11:30 インターネット
	13:30～15:30 メール (Eメール)
14(木) 18(月)	9:30～11:30 ワード (基礎)
	13:30～15:30 エクセル (基礎)
20(水) 22(金) 25(月)	9:30～11:30 ワード (応用)
	13:30～15:30 エクセル (応用)
26(火)	9:30～11:30 タブレット基礎 (iPad)
	13:30～15:30 タブレット応用 (iPad)

☎ 0861 東奈良一丁目4-1、同センター
634・8990、FAX 634・9449

市民人権講座「ふたりの茨木童子鬼

とはなにか」時12月13日(火)、午後6
時30分～8時、所おにクル7階会議
室1、対先着100人、内講師 大橋忠雄
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、
FAX 622・6898、Ejimu@baraki-
linker.org

認知症サポーター養成講座 時①12月

15日(金)、午前10時30分～正午、②26日
(火)、午後2時～3時30分、所①葦原多
世代交流センター、②市役所南館8階
中会議室、対市内在住・在勤・在学者、
定先着①20人・②30人、内認知症を理
解し、認知症の人や家族を見守る応援
者になるための講習、申電話で①同セ

ンター ☎ 637・2422、②(福)慶徳
会地域相談支援室 ☎ 657・7717

ヤクルト教養講座「健康クイズ&ラ

リー」時12月15日(金)、午後1時30分
～3時、所福井多世代交流センター、
対60歳以上の市民、内あなたの腸が絶
好チヨール?ためないためのためにな
る話、備利用登録要、問同センター ☎
643・1300

健康リハビリ体操 時12月16日(土)、午

前10時～11時30分、所福井多世代交流
センター、対60歳以上の市民、内作業
療法士によるリハビリ用具を使った
運動、備利用登録要、問同センター ☎
643・1300



男のヨガ教室 保 時12月16日(土)、

午前10時～11時45分、所ローズWAM
ローズホール、対市内在住・在勤・在
学の男性、定先着10人、内講師 健康

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、

イベントや行事等は変更・中止等の可能性があります。開催の有無や申込方法等でご不明な点がございましたら、市・各主催団体 HP または☎・申でご確認ください。

ヨーガ 大澤美智子さん、**備**一時保育は12月8日までに要申込、**申**12月3日、午前9時から、下図読み取りから申込みまたは、電話でローズWAM ☎620・9920



「親子リース教室」SDGsも学ぶ 時12月16日(土)、午前10時～正午、**所**おにクルフ階会議室2、**対**市内在住の小・中学生と保護者、**定**先着10組、**内**同じリース台でクリスマス用を正月用リースに変身、**¥**2500円、**申**電話でフラワーリースで学ぶSDGsプロジェクト渡部 ☎080・1465・5814

中国語で遊ぼう 時12月16日(土)、午前10時30分～11時30分、**所**クリエイトセンター303 **対**市内小・中学生と保護者、**定**先着15人、**内**挨拶をテーマに中国語を学ぶ(山口小百合さん)、**¥**こども200円、保護者300円、**申**12月1日から、下図読み取りから申込みまたは、電話で市国際親善都市協会事務局(文化振興課内) ☎620・1810



里山センター自然工作教室 時12月16日(土)、午前10時～午後3時、**所**同センター、**定**先着30人、**内**里山の自然素材を使った工作、**¥**300円、**申**下図読み取りから申込、



問同センター ☎646・7531

しめ縄リース作り 時12月16日(土)、午後1時30分～3時、**所**西河原多世代交流センター、**対**市内在住の5歳～小学生(小学3年生までは保護者同伴)、**定**先着20人、**内**お正月用リース作り、**¥**200円、**申**電話または直接、同センター ☎623・9343

姉妹都市活動室公開例会 時12月16日(土)、午後2時～4時、**所**クリエイトセンター多目的ホール、**定**先着60人、**内**人生は夢へのチャレンジリケジョも楽しい(相馬芳枝さん)、**問**同室 ☎090・1074・0837

私のモヤモヤスッキリ！感情ケア講座 **保**時12月17日(日)、午前10時～11時45分、**所**ローズWAM405、**定**先着10人、**内**不安や怒りの感情とうまくつきあっていく方法(榎本恵理子さん)、**備**一時保育は12月9日までに要申込、**申**12月2日、午前9時から、下図読み取りから申込みまたは、電話でローズWAM ☎620・9920



介護予防指導者フォローアップ研修 時12月17日(日)、午前10時～正午、**所**シニアプラザいばらき、**対**市内で介護予防に取り組んでいる団体や個人、**定**先着30人、**内**身体をほぐすためのセルフ

食育ひらば

☎健康づくり課 ☎625・6685

アボカドとナッツの洋風白和え

材料 (2人分)

アボカド	1/2個	木綿豆腐	150g
レモン汁	小さじ1/2	にんじん	30g
マヨネーズ	大さじ1	素焼きアーモンド	10g
しょうゆ	小さじ1	黒こしょう	少々
砂糖	小さじ1		

作り方

- ①木綿豆腐はキッチンペーパーで包み、重しをして15分ほど、水切りをする。
- ②アボカドは皮をむいて2cm角に切り、レモン汁をかける。にんじんは千切りにして、電子レンジで1分ほど加熱し、水気を絞る。アーモンドは粗く刻む。
- ③ボウルに①をちぎりながら入れ、**☒**を加えて混ぜる。
- ④③に②を混ぜ合わせて、器に盛ったらお好みで黒こしょうをかける。

冬にとりたい栄養満点のアボカドレシピ！

アボカドに豊富に含まれる食物繊維は腸内環境を整える働きがあります。腸内環境を整えることは、免疫力を高め、風邪予防に。また、アボカドやナッツに含まれる豊富なビタミンEは血行を良くし、冷え性改善が期待できます。寒い冬に、ひと味違った副菜をぜひお試しください。



各施設の休館日等は市HP等でご確認ください。

☒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)

ケアの方法、**申**電話でシニアプラザいばらきはつらつ事業事務局 ☎633・7770（火）金曜日、午後1時〜4時

WAMチャレンジ企画「幸せ」について学習してみようwithひろ **保**

12月22日(金)、午後2時30分〜4時、**所**ローズWAMフムホール、**定**先着180人、**内**講師 さわらび診療所医院長 稲垣亮祐さん、**備**一時保育は12月14日まで必要申込、**申**12月1日、午前9時から、下図読み取りから申込または、電話でローズWAM ☎620・9920



しめなわづくり **時**12月22日(金)、午後1時30分〜4時、**所**豊川いのち・愛・ゆめセンター、**対**市民、**定**先着15人、**¥**800円、**申**12月1日、午前10時から15日、午後5時までに、左図読み取りから申込または、電話、ファックス、メール、直接、同センター ☎643・2069、**fax** 641・4804、**✉** toyo kawa_ai@city.ibaraki.lg.jp

体操ボランティア養成講座 **時**12月25日(月)、午後1時30分〜3時、**所**福祉文化会館101、**定**先着20人、**内**ボランティアとは、体操



ボランティアによる口腔体操等の活動紹介、**申**左上図読み取りから申込または、電話で社会福祉協議会 ☎0086

短期集中運動教室 **時**①②来年1月5日から毎週金曜日、③④11日から毎週木曜日、午前10時〜11時30分、⑤12日から毎週金曜日、午後1時15分〜2時45分、全10回（祝日を除く）、**所**①福井・②南茨木・③西河原・④沢池多世代交流センター、⑤ローズWAM、**対**体力に自信のない65歳以上の市民（今年度と同教室に参加した人を除く）、**定**各先着15人、**内**自宅でも取り組める運動方法のアドバイス、体力測定等、**申**12月1日、午前9時から、電話で長寿介護課 ☎620・1637

①**冬休み親子ラジオ体操**・②**部屋の開放** **時**12月23日(土)〜来年1月7日(日)、午前10時〜正午、**所**南茨木多世代交流センター、**対**市内在住の小学生と保護者、**定**先着10組、**内**①ラジオ体操第1：2に参加し、スタンプを集めてプレゼントをゲット、②冬休みの宿題、**備**利用登録要、**申**電話または直接、同センター ☎632・0101

ねんてん先生の新春親子俳句教室 **時**来年1月7日(日)、午後2時〜4時、**所**上中条青少年センター3階会議室、**対**小学生と保護者、**定**先着10組、**内**講師

京都教育大学名誉教授 坪内稔典さん、**申**12月6日、午前9時30分から、電話で川端康成文学館 ☎625・5978

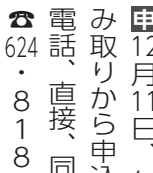
市×追大法学部連携講座「投資取引と消費者被害」 **保** **時**来年1月11日(木)、午後2時〜3時30分、**所**生涯学習センター304、**対**市民、**定**先着40人、**内**貯蓄から投資へ」とその注意点（追手門学院大学教授 山本顯治さん）、**備**一時保育は12月27日までに要申込、**申**12月1日、午前9時から、下図読み取りから申込または、電話、直接、同センター ☎624・8182



こころのケア講座 **保** **時**来年1月12日(金)、午前10時〜正午、**所**参加者のみ通知、**対**市内在住のDV（精神的暴力を含む）等の被害に遭った女性、**定**先着5人、**内**育った環境・こどもへの影響、**備**一時保育は12月27日までに要申込、**申**電話でローズWAM ☎620・9920

市民講座「脳からわかる発達障害」 **保** **時**来年1月12日(金)、午前10時〜正午、**所**ローズWAMフムホール、**対**市内在住・在勤・在学者、**定**先着100人、**内**講師 関西国際大学教授 鳥居深雪さん、**備**一時保育は12月25日までに要申込、**申**12月1日、午前9時から来年1月9日までに、電話であればの学園

「タブレットで学ぶ」①**アプリ使いなし**②**ライン使いなし** **時**来年1月13日・20日・27日、2月3日、土曜日、全4回、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**60歳以上の市民、**定**各先着20人、**内**①アプリのインストール方法・色々なアプリの紹介等、②ラインの使い方・活用方法等、**備**タブレット貸与あり、**申**12月11日、午前9時から、左図読み取りから申込または、電話、直接、同センター ☎624・8182（①②同時申込不可）



ひとり親家庭講習「ワード基礎とエクセル3級」 **保** **時**来年1月13日〜3月2日の土曜日、全8回、**所**ドーンセンター（天満橋）、**対**ひとり親家庭の父母・寡婦 **定**20人（多数の場合抽選）、

イベントや行事等は変更・中止等の可能性があります。開催の有無や申込方法等でご不明な点がございましたら、市・各主催団体HPまたは☎・☎でご確認ください。

¥8千円、申12月13日(必着)までに、往復ハガキ(講座名、住所、氏名、ふりがな、年齢、職業、電話番号、受講動機、過去に府立母子・父子福祉センターで受講した講座、W・I・C環境の有無、一時保育希望者はごどもの氏名・年齢を記入)で、〒537-0025 大阪市東成区中道一丁目3-59、同センター ☎06・6748・0263

くらしのお金学習会「どんな働き方を選びますか?〜年収の壁〜」 時来年1月13日(土)、午後1時30分〜3時30分、所豊川のち・愛・ゆめセンター、**対**市民、**定**先着15人、**内**税金の扶養(103万円)と社会保険の扶養(130万円)、**申**12月1日、午前10時から15日、午後5時までに、左図読み取りから申込または、電話、ファックス、メール、直接、同センター ☎643・2069、**☎**641・4804、**✉**toyokawa_ai@city.ibaraki.jp



自分に向いている「こと」発見セミナー〜職業適性検査編〜 時来年1月17日(水)、午後1時〜3時、所ローズWAM 501・502、**対**市内在住の求職者等、**定**先着15人、**内**職業適性検査を通して、自分の中で興味の高い分野を知り、向いている職業を発見(ライフデザイン・ラボ代表理事 白水崇真(すいすけ まこと)さん)、**申**

市HPから申込または、電話で商工労働課 ☎620・1620

市×近畿中央ヤルト販売(株)連携講座「健康の秘訣は健やかな腸から」 時来年1月17日(水)、午後1時30分〜2時30分、所生涯学習センター304、**対**市民、**定**先着40人、**内**腸内フローラ、乳酸菌、**備**一時保育は来年1月8日までに要申込、**申**12月4日、午前9時から、下図読み取りから申込または、電話、直接、同センター ☎624・8182



大阪大学大学院理学研究科連携講座「星科学への誘い」私たちが住む宇宙 時来年1月18日(木)、午後7時〜8時30分、所おにクルきたしんプラネタリウム、**定**40人(多数の場合抽選)、**内**太陽系はありふれた星か(同大学院教授 寺田健太郎さん)、**申**12月1日〜来年1月5日までに、左図読み取りから申込または、往復ハガキ(1枚につき1人、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で、〒567-0028 畑田町1-43、生涯学習センター「市×同大学院理学研究科連携講座」係 ☎624・8182



こどもセミナー「氷のお城と雪だるまのキャンデルづくり」 時来年1月20



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**上中条青少年センター、**対**市内在住の小学生、**定**各30人(多数の場合抽選)、**¥**600円、**持**工プロン、持ち帰り袋、気泡入り緩衝材、新聞紙、**申**来年1月10日までに、下図読み取りから申込または、電話で同センター ☎622・5180



市×追大法学部連携講座「特殊詐欺への対応と刑法の境界」 時来年1月26日(金)、午後2時〜3時30分、**所**生涯学習センター304、**対**市民、**定**先着40人、**内**刑法の基礎的な考え方・詐欺罪の現代的な変容がもたらす問題点(追手門学院大学教授 小田直樹さん)、**備**一時保育は来年1月18日までに要申込、**申**12月11日、午前9時から、下図読み取りから



申込または、電話、直接、同センター ☎624・8182

犬の飼い方教室 時①来年1月27日(土)、午後1時30分〜4時30分、②28日(日)、午前10時〜午後4時30分、1グループ1時間程度、**所**①摂津市立安威川公民館(摂津市正雀4-9-28)、②府動物愛護管理センター箕面支所(箕面市船場西1-11-35)、**対**茨木市、豊能町、能勢町、箕面市、池田市、摂津市、島本町在住で、犬を飼養し、犬に飼犬登録と狂犬病予防注射接種・伝染病混合ワクチン・ノミ・ダニの駆虫をしている人、またはこれから犬を飼養する人、**内**①犬を飼うときのまきり・防災対策、健康管理、しつけ方の講義、②①受講者のみ飼い犬同伴しつけ実技、**備**多数の場合抽選、**申**12月28日までに、府HPから申込または、郵送、電話、ファックスで、〒562-0036 箕面市船場西1-11-35、同センター箕面支所 ☎072・727・5223、**☎**072・727・4379

歴史講演会「知られざる古代の鵜飼と鵜飼儀式」 時来年1月28日(日)、午後1時30分〜3時30分、1時から受付、**所**太田公民館大会議室、**対**18歳以上、**定**先着100人、**内**旧三島の古代史を新たな目線で読み解く(高槻市立今城塚古代歴史館前特別館長 森田克行さん)、**備**自動車での来場不可、**☎**太田公民館

各施設の休館日等は市HP等でご確認ください。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。

☎問先合、✉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)

分室 ☎ 625・2200 (火曜日を除く午前9時～正午)

このころの健康づくり講演会「自殺の少ない町で見つけた、その理由」**時**来年2月4日(日)、午後1時30分～3時30分、**所**生涯学習センターきらめきホール、**定**先着300人、**内**「生き心地の良い町」の自殺率の低さには理由がある「著者の岡 檀さんによるオンライン講演、市の自殺の現状等、

申下図読み取りから**申**込、**問**保健医療センター ☎ 625・6685



募 集

派遣手話通訳者試験受験者 **時**来年1月27日(土)、**所**障害福祉センター、**対**市内在住・在勤で、府手話通訳者養成講座を修了または現在受講中の人、**申**12月18日～28日に、電話で障害福祉課 ☎ 620・1636

手話通訳者、要約筆記者 **対**府登録手話通訳者・要約筆記者、それに準ずる技術を有する人、手話通訳士、**申**電話で障害福祉課 ☎ 620・1636

たそがれコンサート出演者 **時**来年4～9月、**対**市内在住・在勤・在学者、**定**各月1組、**内**ローズWAMエン

トランスでの音楽演奏、**備**1時間程度、人数・楽器等制限あり、**申**12月1日、午前9時から、左図読み取りから**申**込または、**申**込用紙(市HPからダウンロード)を、ファックス・メール・直接、ローズWAM ☎ 620・9920、**fax** 620・9921、**✉** rose.wam@city.ibaraki.jp



ローズWAM喫茶コーナーを活用した企画 **対**市内在住・在勤・在学者、**内**男女共同参画推進のための企画、**備**その他要件あり、詳細は市HP参照、**申**申込用紙(市HPからダウンロード)を、ファックス・メールまたは直接、ローズWAM ☎ 620・9920、**fax** 620・9921、**✉** rosewam@city.ibaraki.jp

みしま・まちの玉手箱参加者 **時**来年3月2日(土)・3日(日)、**所**総持寺のち・愛・ゆめセンター、**内**作品展示舞台発表・バザー等の出店、**申**12月1日～12日に、電話で同センター ☎ 620・5660

府営住宅入居者(総合募集) **対**一般、新婚・子育て世帯、福祉(高齢者・ひとり親・障害者世帯等)世帯等、所得制限等あり、**備**重複**申**込不可、**申**12月1日～15日(消印有効)に、**申**込

書(12月1日から三島情報プラザ、市役所本館・南館両東玄閣受付、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)東急コミュニケーション府営住宅高槻管理センター ☎ 685・1092

市営住宅入居者 **対**市内在住・在勤者、その他資格制限あり(詳細は入居申込のしおり参照)、**内**一般世帯⇨道祖本住宅3戸、総持寺住宅1戸、福祉世帯⇨道祖本住宅1戸、**申**12月1日～20日(消印有効)に、**申**込書(12月1日から建築課、各いのち・愛・ゆめセンターで配付)を郵送または直接、**テ**567-8505 同課 ☎ 620・1653

ファミリー・サポート・センター援助会員 **対**20歳以上の市民、**内**学校行事、通院、買い物等外出の際の一時預かり、保育施設やこどもの習い事の送迎等、**¥**謝礼1時間700円(午後8時以降、土・日曜日、祝日は800円)、**備**説明・登録会の詳細は36ページ参照、**問**同センター ☎ 620・7101

ス ポ ー ツ

市民体育館イベントレッシン **時**①12月22日(金)、午前10時45分から、②25日(月)、午後1時15分から、③来年1月9

サントリーサンバース市民招待デー



時来年2/3(土)・4(日)、12:00から、**所**おおきにアリーナ舞洲、**対**市民、**定**各先着400人、**内**パナソニックパンサーズ戦2階スタンド席(自由席)、**備**1**申**込5人まで、**申**12/27、12:00から来年1/26、17:00までに、右図読み取りから**申**込(サントリーIDを取得後、試合選択し、クーポンコード「cityday」と入力)、**問** SUNTORY SUNBIRDS FRIENDS 事務局 ☎ 050・3743・4572



イベントや行事等は変更・中止等の可能性があります。開催の有無や申込方法等でご不明な点がございましたら、市・各主催団体 HP または **問・申** でご確認ください。

南市民体育館第3期スポーツ教室 時
対・定・内 右下表のとおり、各全10回、
所 同体育館、**¥**各3千円、**備**多数の場合

日(火)、午前10時から、各1時間、**対**中
 学生を除く15歳以上、**定**各先着20人、
内①アンチエイジングストレッチ、
 ②リズム&バランス&ストレッチ、
 ③キックボクササイズ(基本編)、**¥**
 各600円、**申**12月7日、午前9時から、
 電話で同体育館 ☎626・3821



市民マラソン大会 時 来年1月14日
 (日)、午前9時から、雨天決行、**所** 万博
 記念公園自然文化園コース、**対**小学生
 以上、**内**【5km】一般(39歳以下)・
 40歳代・50歳代・60歳以上の各男女、
 高校男女、中学男子、【3km】小学4
 ～6年生の各学年別男女、中学女子、
 高校女子、【15km】小学1～3年生の
 各学年別男女、ファミリー(小学生以
 下の親子1人ずつ)、**¥**500円、小学生
 200円、中学生300円、高校生400円、フ
 ミリ500円、**備**年齢は来年1月15日時
 点、詳細は市HP参照、**申**事前に費用を
 振り込み、12月8日、午後5時(必
 着)までに、申込用紙(各市民体育館
 で配付、市HPからダウンロード可)と
 振込済が確認できる(写)を、左図
 読み取りから申込ま
 は、郵送で、〒567-8505
 スポーツ推進課 ☎620・
 1608

市民ゴルフ大会 時 来年2月6日(火)、
所 茨木カントリー倶楽部(大字中穂積
 25)、**対**18歳以上の市内在住・在勤・
 在学者、**定**先着200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1万4千円(当日

合抽選、当選結果は後日通知、当選者
 は12月14日～23日(火曜日を除く)、
 午前9時～午後4時に、費用を直接、
 同体育館、**申**12月10日までに、左図読
 み取りから申込ま
 は、郵送で、〒567-8505
 スポーツ推進課 ☎620・
 1608



教室名	対象	とき	定員	
親子体操	市内在住・ 在勤の 保護者と 2～3歳児	来年 1/11から 毎週木曜日	9:45～10:45 11:00～12:00	各20組
		1/15から 毎週月曜日	9:15～10:15 10:30～11:30	
ヨーガ	18歳以上の 市内在住・ 在勤・在学者	1/5から 毎週金曜日	18:45～19:45 20:00～21:00	各30人
		1/15から 毎週月曜日	9:15～10:15 10:30～11:30	

西河原市民プール

水泳教室・アクア教室
 フィットネス教室

時 来年1/10(水)から、各全
 11回、**対・内・¥**右表のと
 おり、**定**各コース若干名(多
 数の場合抽選)、**備**抽選結果
 は12月中旬に通知、ベビー、
 幼児、小・中学生コースは
 別途スイミングキャップ代
 600円、**申**12/1～7(必着)
 に、往復ハガキ(1人1コ
 ース1枚)に希望コース(曜
 日・時間)・氏名・ふりがな・生
 年月日・年齢・郵便番号・住所・
 電話番号を記入し、〒567-
 0023 西河原三丁目2-38、
 同プール ☎621・9715



水泳教室※1			
コース	曜日	時間	受講料
ベビー(6か月～ 2歳児)と保護者	木	11:30～ 12:30	14,200円
幼児 (3～6歳)	月	14:00～ 15:10	各13,500円
		15:10～ 16:20	
	水	15:00～ 16:10	
	木	14:20～ 15:30	
	金	15:00～ 16:10	
小・中学生	月	17:40～ 18:50	各14,200円
	水	17:30～ 18:40	
レディース (18歳以上)	月・金	10:50～ 12:00	各14,200円
成人 (16歳以上)	水	18:40～ 19:50	
やってみよう! (18歳以上の身体 障害・知的障害者 と介助者)※2	土	13:30～ 14:30	各7,500円
		16:10～ 17:10	

※1 泳力基準あり(同プールHPに掲載)
 ※2 障害者手帳要

アクア教室			
コース	曜日	時間	受講料
アクアビクス (18歳以上)	水	10:50～ 12:00	各14,200円
	金	18:40～ 19:50	
水中ウォーキング (18歳以上)	水	12:15～ 13:00	各12,500円
	金	13:30～ 14:15	

フィットネス教室			
コース	曜日	時間	受講料
かんたんエアロ (成人以上)	土	11:30～ 12:30	各12,500円
シェイプアップ (成人以上)	土	10:15～ 11:15	
キッズダンス (3歳～6歳)	水	16:10～ 17:20	各12,100円
キッズダンス (小・中学生)	水	17:30～ 18:40	
親子体操 (2歳児と保護者)	水	11:00～ 12:00	各6,000円
	金	10:00～ 11:00	

各施設の休館日等は市HP等でご確認ください。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)

各自精算、昼食費を除く、**備重複**申込は失格、抽選に漏れた人のうち、クリエイトセンター多目的ホールでの抽選会(12月16日、午後7時)に来場した人の中から補欠選出、**申12月6日(必着)**までに、往復ハガキ(1枚で1人、住所・氏名・ふりがな・生年月日・ハンデキャップ・勤務先名・自宅と勤務先の電話番号・登録者は登録番号を記入、白紙の返信用ハガキ)で、〒567-0835 新堂一丁目22-30、市ゴルフ連盟事務局「市民ゴルフ大会」係 ☎632・2703

新春グラウンド・ゴルフ大会 **時**来年1月22日(月)、午前9時15分から、8時45分から受付、雨天時1月29日、**所**中央公園グラウンド、**対**市内在住・在勤・在学者、**定**先着200人、**¥**千円、**申**12月22日までに、電話またはファックスで、市グラウンド・ゴルフ連盟事務局 ☎(FAX)635・9981

連盟杯ゴルフ大会 **時**来年1月20日(土)、**所**よみうりカントリー倶楽部(西宮市塩瀬町名塩北山)、**対**市ゴルフ連盟会員(申込時入会可)、**定**先着60人、**内**1ラウンドダブルペリア方式、**¥**1万8500円(昼食費等を含む)、当日各自精算)、**申**来年1月6日までに、**申**込用紙(同連盟事務局で配付)を直接、同連盟事務局(茨木ゴルフセンター内) ☎632・2703

市ソフトボール連盟登録チーム **内**年4大会実施、**¥**年1万円(別途参加費要)、**申**来年1月31日までに、電話またはファックスで、同連盟生川 ☎090・5894・3670、(FAX)635・3449

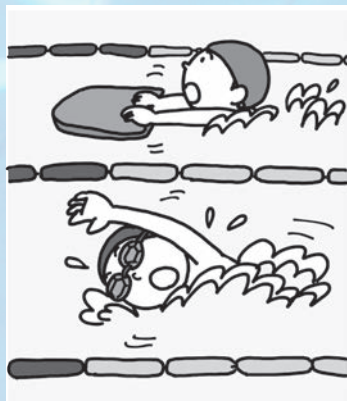
新人戦卓球大会 **時**来年1月14日(日)、午前9時から受付、**所**市民体育館、**対**市卓球連盟主催のシングルス大会で優勝経験のない同連盟登録者(当日登録可)、**内**男女シングルス、トーナメント方式、**¥**800円、小学生300円、中学生400円、**申**12月23日、午後7時まで、直接、同連盟事務局(メザンスポーツ内) ☎625・6489

市民バドミントン大会(一般の部) **時**①来年1月28日(日)、②2月4日(日)、午前9時から、**所**市民体育館、**対**市内在住・在勤・在学の市バドミントン連盟登録者(当日登録可)、**内**リーグ戦後決勝トーナメント、①男女ダブルス(1〜3部)、シニアダブルス、②男女シングルス1・2部、混合ダブルス1〜3部、シニアの部、**¥**シングルス11500円、高校生千円、中学生以下500円、ダブルス11組3千円、高校生2千円、中学生以下千円、**備**来年1月13日、午後1時から市民体育館会議室で抽選会を実施、詳細は同連盟HP参照、**申**来年1月6日、午後5時までに、**申**込用紙(同連盟HPからダウンロード)

五十鈴市民プール

水泳教室
フィットネス教室

時来年1/6(土)~3/24(日)、**対**・**内**・**¥**右表のとおり、**定**各コース若干名(多数の場合抽選)、**備**キッズ・ジュニア・スイマー・マスター・ジュニアスイマー・ベビーコースは指定用品あり、**申**12/1~14(第2・第4火曜日を除く)、9:45~19:00に直接、同プール ☎635・7700



教室	コース	対象	とき	受講料(3か月分)	
水泳	キッズ	3歳~中学生	月・水・木・金	15:00~16:00	各13,500円
	ジュニア		16:00~17:00		
	スイマー		17:00~18:00		
	マスター		18:00~19:00		
	ジュニアスイマー0		9:00~10:00		
	ジュニアスイマー1		10:00~11:00		
	ジュニアスイマー2		11:00~12:00		
	ジュニアスイマー3	土・日	11:00~12:00		
	水球	10m以上の泳力がある3歳~中学生	土	12:00~13:00	5,500円
	ベビー	乳幼児(6か月~2歳児)と保護者	日	11:30~12:30	14,200円
フィットネス	レディースL1・2(自由出席制)	初心者クラス(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ) 中学生を除く15歳以上	月・木	11:20~12:30	L1(11回) 14,200円 L2(23回) 22,900円
			水	11:00~12:10	
			金	10:20~11:30	
	成人	上級者クラス(四泳法) 中学生を除く15歳以上	月・木・金	11:00~12:10	14,200円
			水	11:00~12:10	
	シルバー	中学生を除く15歳以上	土	17:00~18:10	12,100円
	アクアビクス	中学生を除く15歳以上	月	13:30~14:30	各14,200円
			土	16:00~17:00	
			月	11:45~12:45	
			水	18:45~19:45	
木			10:15~11:15 18:45~19:45		
ヨーガ	中学生を除く15歳以上	日	17:00~18:00	各13,500円	
		日	18:30~19:30		
健康柔軟体操	65歳以上	水・金	10:15~11:00	各10,500円	

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、

イベントや行事等は変更・中止等の可能性があります。開催の有無や申込方法等でご不明な点がございましたら、市・各主催団体HPまたは☎・☎でご確認ください。

ド)を、ファックスまたは直接、同連盟事務局(ラプオール内) ☎・☎633・5866

市民バドミントン大会(中学生の部)

時来年1月13日(土)、午前9時から、所市民体育館、対市内在住・在学の中学生、内個人戦のトーナメント、男女シングルス、ダブルス、¥シングルス200円、ダブルス400円、備シングルス・ダブルス両方の参加可、抽選は主催者が実施、詳細は市バドミントン連盟HP参照、申来年1月4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、郵送またはファックスで、〒567-0821 末広町7-4、東中学校新井 ☎632・8414、☎638・2677

市民バドミントン大会(小学生の部)

時来年1月27日(土)、午前9時15分から受付、所市民体育館、対市内在住・在学の小学生で、学校・保護者の同意を得た人、内小学6年、5年、4年生以下の男女ダブルス個人戦、¥1ペア400円、備抽選は主催者が実施、詳細は市バドミントン連盟HP参照、申来年1月6日、午後5時までに、申込用紙(同連盟HPからダウンロード)を郵送またはファックス、直接、〒567-0824 中津町1-1、同連盟事務局(ラプオール内) ☎・☎633・5866

ソフトテニス教室 時来年1〜3月の

土曜日、①午前9時〜正午・②正午〜午後2時、所西河原公園南庭球場、対市内在住・在勤・在学の①初・中級者(中学・高校生を除く)・②小学2〜6年生、¥①4500円・②3600円、申練習日時に費用を直接、同庭球場、同ソフトテニス連盟久保木 ☎090・1144・2660

五十鈴市民プール冬休み短期集中水泳教室 時12月24日(日)〜27日(水)、①午前9時30分〜10時30分・②10時45分〜11時45分、対①3〜6歳・②小・中学生、定各先着50人、¥各5500円、申12月1日、午前9時45分から、直接、同プール ☎635・7700

西河原市民プール冬休み短期集中水泳教室 時12月22日(金)〜25日(月)、①午後1時30分〜2時30分・②2時40分〜3時40分、対①3〜6歳・②小・中学生、定各先着①30人・②50人、¥各5500円、申12月1日、午前10時から、直接、同プール ☎621・9715

OC eSports Club 時12月27日(水)、午前10時〜午後5時、所立命館いばらきフューチャープラザイベントホール、対市内在住の小・中学生と保護者、定先着50組、内レーシングシミュレーター体験、フォートナイト体験等、申12月5日、午前10時から、同プラザHPから申込(保護者のみ申込可)、

水尾図書館おもちゃづくり 時12月16

同同プラザホール管理事務局 ☎665・2500

図書館

〔中央図書館 ☎627・4129〕
おはなし会の日程変更 穂積図書館 12月23日から16日に変更

ちいさいおはなし会の日程変更 庄栄図書館 12月28日から21日に変更

読書会 時①12月14日(木)、午前10時〜正午、②22日(金)、午後1時30分〜3時30分、所中央図書館2階会議室、内①BUTTER 柚木麻子著、新潮社、②「苦海浄土」石牟礼道子著、講談社

おはなし会スペシャル 時12月23日(土)、午後2時から・2時30分から、各15分間、所庄栄図書館おはなし室、対4歳〜小学生、内冬のおはなし、同館 ☎620・1171

図書館を使いこなそう講座 「図書館での上手な本の探し方(大人の本)」 時12月9日(土)、午前10時30分〜11時、所中央図書館2階多目的室、定当日先着5人、内本の並び方や館内検索機の使い方

富士正晴記念館企画展示 時来年3月24日(日)まで、午前9時30分〜午後5時、所同館展示室、内富士正晴と音楽

来館が困難な人への郵送貸出サービス

対身体障害者手帳1・2級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかを所持している市民、備利用登録要、詳細は右図読み取り参照または、中央図書館へお問い合わせください。



各施設の休館日等は市HP等でご確認ください。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)

INFORMATION

みんなの掲示板

申込期間 来年2月号=12/20まで、3月号=12/21～来年1/19

申込方法 右図読み取りから申込または、申込用紙（市HPからダウンロード可）を郵送・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



開催

◎立命館大学混声合唱団メディックス定期演奏会 12/9、17:30から、立命館いばらきフューチャープラザ、竹内 ☎090・1528・4331

◎俳句を体験しよう 12/10、9:00～12:00、太田公民館、要申込、あざみ句会岡 ☎090・7108・0111

◎親子で工作（凧あげ作り） 12/10、10:00～12:00、葦原コミセン、5歳児～小学2年生（保護者同伴）、ポークスカウト茨木第6団大江 ☎080・3764・3664

◎斎藤一人愛弟子ボランティア勉強会「斎藤一人本当の成幸法則」 12/10、10:00から、クリエイト、18歳以上、斎藤一人読書会須藤 ☎090・1895・9240

◎春日丘高校吹奏楽部パラダイスコンサート 12/17、17:00から、立命館いばらきフューチャープラザ、谷口 ☎623・2061

◎わらべうた勉強会“ととけっこう” 12/19、10:00～12:00、おにクル、中井 ☎627・4440

◎子ども将棋体験会 12/23、13:00～14:30、おにクル、小学生、茨木子ども将棋クラブ大山 ☎080・5347・0372

◎シニアのための生活習慣病予防運動講習 12/23、13:00～14:00、おにクル、500円、高齢者のためのADL体操研究会嶋本 ☎630・2063

◎囲碁サークル 毎週金曜日、9:00～12:30、畑田コミセン、6か月

1,500円、木下 ☎090・7759・7393

◎① ZUMBA でストレス発散②健康体操 月曜、月2回、おにクル、①12:15から、初回無料、②13:00から、1回500円、メールで要申込、MASAMI ZUMBA® サークル MISOL 笹島 ☎090・1896・7722、✉zumba.tree.and.leaf@gmail.com

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
クリエイト=クリエイトセンター

募集

「みんなの掲示板」へ掲載を希望する皆さんへ

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。参加者から費用を徴収する場合は、開催・募集ともに、収支がわかる書類（決算書等）の写しを提出してください。

移動図書館「ともしび号」巡回日程表（12月）

巡回場所	巡回日	時間
白川中央公園	3(日) 17(日)	14:00～14:30
岩倉公園	7(木)	10:00～12:00
車作クラブ	8(金) 22(金)	10:40～11:10
忍頂寺自治会館		11:20～11:50
見山の郷		13:00～13:45
北辰出張所		14:00～14:30
大岩自治会館		14:45～15:15

巡回場所	巡回日	時間
美穂ヶ丘南公園	9(土) 23(土)	14:00～14:30
郡山府営住宅集会所 (B15棟前)	10(日)	
安威府営住宅集会所	13(水)	
郡山団地A5棟前	14(木)	
蔵垣内会館	15(金)	
春日丘八幡宮	16(土)	
西福井府営住宅集会所	21(木)	
北春日丘児童遊園	27(水)	