

【安威川公民館】

◆お家でできる簡単トレーニング
自宅でもできる簡単な運動を学び、健康管理に役立てる
4月8日(月)・22日(月)・5月13日(月)午後1時半～2時45分(計3回) / 定員15人 / 要申込み(☎可・先着)

◆摂津オリンピック名画劇場「二十四の瞳」(日本映画・1954年)
4月20日(土)午後1時半～4時半

【千里丘公民館】

◆米粉でおいしいパンを作る
米粉を使ってグルテンフリーのパンを作る
4月23日(火)午前10時～午後1時 / 定員7人 / 材料費600円 / 要申込み(☎可・先着)

◆つまみ細工で小物入れを作る
つまみ細工の飾りのついた小物入れを作る
5月8日(水)午後1時半～3時半 / 定員10人 / 材料費1千円 / 要申込み(☎可・先着)

◆アロマを使った保湿化粧水を作る
アロマを使って肌に優しいジェル化粧水を作る
5月15日(水)午後1時半～3時 / 定員8人 / 材料費500円 / 要申込み(☎可・先着)

【新鳥飼公民館】

◆今日から始める！終活講座
エンディングノートを始め方と書き方を学ぶ
4月15日(月)午後1時半～3時 / 定員15人 / 要申込み(☎可・先着) / 筆記用具持参

◆お家でできる本格イタリアンスイーツ パンナコッタとカッサータを作って、ソースでお皿をデコレーション※ナッツ類使用
4月22日(月)午後1時～4時 / 定員12人 / 材料費1千200円 / 要申込み(☎可・先着) / エプロン、三角巾、手拭きタオル持参

4月24日(水)午前8時20分～午後5時 / 集合・解散は同館 / 定員13人 / 参加費3千円 / 要申込み(電話不可・先着) ※申込みは1人名分のみ。4月1日(月)午前9時の時点で定員を超えている場合は抽選

【鳥飼東公民館】

◆みんなでハーモニカ！健康づくり～元気の会鳥飼東～ハーモニカを楽しむ
4月15日(月)午後1時半～3時半 / 定員10人 / 要申込み(☎可・先着)

◆将棋の日～元気の会鳥飼東～初心者歓迎、みんなで将棋を楽しむ
4月22日(月)午後1時半～3時半 / 定員10人 / 要申込み(☎可・先着)

4月25日(水)・5月2日(水)午前10時～12時(計2回) / 定員8人 / 材料費1千600円 / 要申込み(☎可・先着) ※一時保育あり(1歳以上の未就学児・要予約)



◆はじめての新聞ちぎり絵
新聞紙のカラー一面を使って気軽にちぎり絵を作る
5月10日(金)午前10時半～12時半 / 定員10人 / 要申込み(☎可・先着)

【味生公民館】

◆まちかど英会話講座(初心者向け) 気楽にみんな英語のキャッチボールを楽しむ
4月20日(土)・27日(土)・5月11日(土)午前10時～11時半(計3回) / 定員10人 / 要申込み(☎可・先着) / 筆記用具持参

【別府コミュニティセンター】

◆赤ちゃんとタッチコミュニケーションセッション
ベビーマッサージで赤ちゃんと楽しくタッチコミュニケーションを学ぶ※スイートアーモンドオイル使用
4月25日(水)午前10時半～11時半 / 対象は4カ月～1歳未満児と保護者 / 定員10組 / 材料費300円 / 要申込み(☎可・先着) / バストオル持参※一時保育あり(1歳以上の未就学児・要予約)

お知らせ

◆温水プール入場料金割引書配布方法の変更
これまで小学3年生～小学3年生を対象に、新学期に学校で配布していた「摂津市立温水プール入場料金割引書」について、令和6年4月から配布方法を変更します。今後は、各年度の4月以降で初めて同プールを利用する際に、同プール窓口に出し出のうえ個別で発行してもらうこととなります。

スポーツ

◆味舌体育館開放DAY
予約不要でアリーナを使用する開放DAYを開催
▽4月5日(金)午後0時～3時
▽4月12日(金)午後0時～3時
▽4月19日(金)午後0時～3時
卓球、バドミントン、ソフトバレー / いずれも利用料金一般150円、中学生以下50円 ※市外の人は料金2倍 / 問合せは同館へ

市長杯総合スポーツ大会 出場者を募集

市長杯総合スポーツ大会の出場者を募集します。参加は一人1種目です。
募集種目 ▶軟式野球▶バレーボール▶ソフトボール▶サッカーなど
申込み 市役所2階・文化スポーツ課、各体育館、青少年運動広場、コミュニティプラザ、各公民館で配布の要項から日程や申込方法をご確認ください
問合せ 文化スポーツ課へ



第40回 アンサンブルフェスティバル

市内各中学校の吹奏楽部や吹奏楽愛好団体が一堂に会し、日ごろの成果を発表します。ぜひ、素晴らしい演奏を聴きにきてください！
4月21日(日) 午後1時半開演(午後1時開場)
※入場無料・申込不要
場所 市民文化ホール
問合せ 文化スポーツ課へ



味生体育館 健康体操教室 第一期を開催

日程 4月1日(月)～6月17日(月)
(4月29日(水)、5月6日(水)は除く)
※開催日はいずれも月曜日
時間 第1部=午前9時半～10時半
第2部=午前10時45分～11時45分
参加料 5,000円(計10回)
対象 16歳以上
定員 各25人
申込み 参加希望の人は同館へ(☎可・先着)
問合せ SSKスクール事務所(味生体育館内) ☎06 (6349) 6554 へ

ご利用ください 「まいどおおきに」出前講座

市では、市内の団体やグループの要請に応じ、市職員や市民を講師として派遣する「まいどおおきに」出前講座を実施しています。防災やまちづくり、健康、人権、歴史、趣味など、さまざまな講座メニューを用意していますので、ぜひご利用ください。
対象 市内のおおむね10人以上の団体やグループ
申込み 実施希望日の1カ月前までに、申込書を市役所6階・生涯学習課へ(消防関係は☎06 (6381) 0119へ)
※講座内容など詳細は、同課、コミュニティプラザ、別府コミュニティセンター、各公民館、いきいきプラザで配布の講座一覧または市ホームページ(右記QR)へ



■ スポーツ教室参加者募集

申込み NPO 法人せつつブルーウィングス
 ☎ 072 (665) 6139 へ (先着)

教室	対象・定員	練習日	ところ	参加費
テニス (小中学生)	小学4～中学生・10人	4月13日からの土曜日 午前10時～12時	くすの木公園 テニスコート	4,000円 (計10回)
テニス (一般)	高校生以上・15人	4月13日からの土曜日 午後1時～3時	くすの木公園 テニスコート	5,000円 (計10回)
テニス (夜間)	高校生以上・20人	4月10日からの水曜日 午後7時～9時	柳田テニス コート	6,000円 (計10回)
ソフトテニス	①小学生・15人 ②中学生以上・15人	4月からの土曜日 ①午後2時15分～3時40分 ②午後3時半～4時55分	柳田テニス コート	5,000円 (計10回)
卓球 (硬式・ラージ)	中学生以上・20人	4月13日からの土曜日 午後1時～3時	正雀体育館	5,000円 (計10回)
バスケットボール by 大阪エヴェッサ	①小学1～3年生・20人 ②小学4～6年生・20人 ③中学生～高校生・20人	①毎週㊿午後4時半～5時50分 ②毎週㊿午後6時～7時20分 ③毎週㊿午後7時半～8時50分	味生体育館	6,600円 (1カ月)
チアダンス by 大阪エヴェッサ	①4歳～小学3年生・25人 ②小学4年～中学生・25人	①毎週㊿午後5時半～6時半 ②毎週㊿午後6時45分～7時45分 ※第4㊿なし	味生体育館	4,950円 (1カ月)
アクティブ・チャ イルド・プログラ ム	小学生・20人 ※楽しく体を動かす運動遊び	毎週㊿午後7時～8時	味生体育館 鳥飼体育館	500円(1回) または 7,500円 (6カ月)
サッカー	①小学3年生まで・25人 ②小学4～6年生・25人 ※女子は中学生も可	①毎週㊿午後4時半～5時45分 ②毎週㊿午後4時半～5時45分	青少年運動 広場	6,000円 (2カ月)
キッズフットサル	小学3年生まで・15人	5月11日からの土曜日 午前10時～12時	山田川運動 広場	5,000円 (計10回)

※参加費には、別途スポーツ安全保険料 (年額) が必要です

▽小・中学生 = 800円 ▽高校生～64歳 = 1,850円 ▽65歳以上 = 1,200円

※テニス教室は、最少催行人数2人 (詳細は市テニス連盟のホームページをご覧ください)

※卓球教室は硬式の部、ラージの部ともに最少催行人数5人

■ 味舌体育館 SSK スポーツ教室体験会

味舌体育館では、さまざまなスポーツ教室を開催しています。無料の教室体験会を実施しますので、

お気軽にご参加ください。※日程などの詳細は館内掲示または右記QRへ

申込み 同館へ (☎可)



教室	対象	ところ
姿勢美人エクササイズ	16歳以上	第二体育館
自律神経を整えるエク ササイズ	16歳以上	第二体育館
バスケットボール教室 月曜クラス	①年長～小学2年生 ②小学3～6年生 ③小学5～中学3年 生	アリーナ
チアダンス教室	小学3～6年生	第二体育館
お腹引っ込め 脂肪燃焼 レッスン	16歳以上	第二体育館
アンチエイジング 足腰 筋トレ☆脂肪燃焼レッ スン	16歳以上	第二体育館
子ども体操教室	①3歳以下の未就 学児と保護者 ②年中・年長 ③小学1～2年生	第二体育館

教室	対象	ところ
ラージボール卓球教室	16歳以上 (経験者)	アリーナ
バドミントン教室	小・中学生	アリーナ
キッズダンス	①年長～小学2年生 ②小学3～6年生	第二体育館
はじめてのヨガ教室	16歳以上	第二体育館
ZUMBA®	16歳以上	第二体育館
はじめての筋膜リリース	16歳以上	第二体育館
ボディコンディショニ ング教室	16歳以上	第二体育館
ズンバ教室	16歳以上	第二体育館
バスケットボール教室 金曜クラス	①年長～小学2年生 ②小学3～6年生 ③小学5～中学3年 生	アリーナ
月替わり企画教室	内容により変動	第二体育館

お
知
ら
せ
募
集

相

談

健

康

公
民
館
・
コ
ミ
セ
ン

・
ス
ポ
ー
ツ
文
化
ツ

図

書

館

施
設
催
し
ほ
か
教
育

福

社

産

業

振

興

子

育

て

地
域
活
動
市
民

ご

み

・
資
源