

第76回守口市総合体育大会

- 内 第76回守口市総合体育大会を開催します。日頃の成果を発揮しましょう。
- 時 下表のとおり
- 対 市内在住・在職・在学、各種連盟(協会)会員アマチュア競技者
- ※ 参加費は種目により異なります。
- 申 守口市スポーツ協会
- TEL 090-9110-0019(寺村理事長)

種目	日程	会場	
インディアカ	5月10日(日)	守口市市民体育館	
バドミントン	5月17日(日)		
卓球	5月24日(日)		
バレーボール	6月7日(日)		
太極拳	6月14日(日)		
剣道	7月4日(土)		
フルコンタクト空手道	7月11日(土)		
7月12日(日)			
少林寺拳法	10月11日(日)		
硬式空手道	11月8日(日)		
サッカー	3月より社会人リーグと同時開催	大枝公園	
テニス	5月10日(日) 5月18日(月)		
ソフトテニス	5月24日(日)		
相撲	6月7日(日) ※変更の場合あり		
グラウンドゴルフ	6月9日(火)		
バスケットボール	4月19日(日) 5月10日(日) 5月24日(日) 6月7日(日)		西部CCレクリエーションホール
軟式野球	5月10日(日)～		淀川河川敷グラウンド
ソフトボール			東部エリアCC
エスキーテニス	5月31日(日)		京都国際笠取射撃場
クレー射撃	7月26日(日)		大阪電気通信大学高等学校
柔道	10月4日(日)		
トランポリン	未定		

春のいけばな展

- 内 守口市いけばな協会会員による花展を開催します。ぜひお越しください。
- 時 4月18日(土) 10:00～17:00
4月19日(日) 10:00～16:00
- 場 市役所1階会議室103・104
- TEL 06-6993-7881(大場)

北部コミュニティセンター
TEL 06-6906-5400
場 淀江町6-3



大切な人へのメッセージカード

内 クラフトパンチで彩るカラフルな星やお花、ビーズを自由に組み合わせ唯一無二のメッセージカードを作ろう。「ありがとう」を大切なひとへ送ろう。友達同士の参加も可能です。

時 5月9日(土) 10:30～11:30
対 小学3年生以下は保護者同伴

¥ 200円

定 先着16人

持 ハンドタオル、汚れても良い服装

申 4月6日(月) 9:00～
電話・応募フォーム・来館



まちの掲示板

松下記念病院 市民公開講座 無料

気分がのらない…コレって 5月病?!

内 「五月を乗り切る心の処方せん～ストレスと上手にお付き合いする方法～」 「すきま時間に気分転換！座ってできる簡単ヨガ」 「これって5月病？実はいろいろあるその正体とは」

時 4月20日(月) 14:00～(13:30開場)
講 臨床心理士/公認心理師、理学療法士、精神神経科部長

熱中症

内 「気温が高なくても熱中症!?～日頃から気を付けること～」 「熱中症警戒アラートって」 「水分補給について」

時 4月28日(火) 14:00～(13:30開場)
講 救急看護認定看護師、守口市環境対策課、大塚製薬

※各回共通

場 松下記念病院2階講義室

予 要事前申し込み

申・問 松下記念病院患者支援連携センター

TEL 06-6992-1231(代表)

錦コミュニティセンター
TEL 06-6991-1548
場 菊水通4-20-10



介護予防運動体操

内 つまづきやすくなった・歩行が不安定になった、なんてことはありませんか？予防は60代から！予防運動で10年後・20年後の生活を楽しいものにしましょう！皆さんと一緒に元気になりましょう！

時 4月7日・14日・21日・28日(火)
11:00～12:00(月4回開催)

場 会議室2

対 60歳以上(それ以下も相談可)

講 野村みどり氏(介護福祉士・介護予防運動指導員)

¥ 1回500円

定 20人(要申し込み)

持 フェイスタオルか手拭い・飲み物

申 来館・電話

北部コミュニティセンター
TEL 06-6906-5400
場 淀江町6-3



呼吸とヨガ

内 呼吸トレーナーによるきほんの呼吸レッスンとヨガ。横隔膜がしっかり動く呼吸。心も体もリラックス。自宅でも実践できる基本の呼吸。

時 4月25日(土) 13:30～14:45

講 村上さちこ氏

¥ 1,500円

定 先着8人

持 フェイスタオル・飲み物・バスタオル(ヨガマットあれば)

申 4月6日(月) 9:00～
電話・応募フォーム・来館



庭窪コミュニティセンター
TEL 06-6902-0580
場 佐太中町1-6-40
※ 駐車場はありません。駐輪場は台数に限りがあるので、できるだけ徒歩で来館ください。

パパママサポート活動 ～楽しく学ぶ育児講座 第1回～

内 新米パパママ対象に、一生のうちに最もすてきな時期を楽しく過ごすための講座です。講座終了後は先生との育児相談の時間もあります。

時 4月14日(火) 10:00～11:00(毎月1回開催予定)

講 アイگران保育園大日東の先生

対 乳幼児とその保護者

定 先着5組程度

申 電話・来館

備 毎月事前申し込みが必要。

八雲東コミュニティセンター
TEL 06-6906-6300
場 八雲東町2-50-12



春の和菓子講座

内 古くから日本に伝わる上生菓子を2種類ほど実際に製作体験できます！かわいくてすてきな和菓子の魅力に触れながら春を感じませんか？

時 4月19日(日) 10:00～10:45、11:00～11:45

対 小学生は保護者同伴

講 小西忠仁氏(菓匠幸福堂勝秀店主)

¥ 1,000円 定 各回先着10人

持 エプロン・三角巾・タオル

備 使用食材(小豆・白インゲン・砂糖・食紅)

注 アレルギーがある人は参加不可。
申 4月6日(月) 9:00～
電話・応募フォーム・来館



子育てイベント

内 季節ごとの遊びや絵本の読み聞かせなど。終了後は子育てに関するパパ・ママの悩み相談の時間もあります。

時 4月21日(火) 10:00～11:00

対 乳幼児(保護者同伴)

講 アイگران保育園大日東の先生

備 月1回開催予定。毎月申し込みが必要。

申 4月6日(月) 9:00～
電話・応募フォーム・来館

南部エリアコミュニティセンター
TEL 06-6997-4120
場 大宮通1-13-7(市民保健センター1階)



勉強CAFÉ (中学生・高校生対象)

内 会議室を勉強CAFÉ(自習室)として毎日無料開放。Wi-Fiや電源も使い放題！飲食可。冷暖房・ウォーターサーバーも完備。予習・復習や受験・テスト対策などにぜひ、利用してください。新年度、スタートダッシュで差をつけよう！

時 毎日17:00～22:00(中学生は19:30まで)

対 中学生・高校生

場 1階会議室4

定 12席(4人以上貸し切り可)

申 電話・窓口(当日可)

庭窪コミュニティセンター
TEL 06-6902-0580
場 佐太中町1-6-40
※ 駐車場はありません。駐輪場は台数に限りがあるので、できるだけ徒歩で来館ください。

庭窪絵本の広場 ～絵本の読み聞かせ～

内 季節に合った絵本の読み聞かせ・エプロンシアター・パネルシアターなど大人も大歓迎！わくわくの優しい言葉の世界を味わいにきてください。

時 4月17日(金) 10:30～11:00(第3金曜日)

講 読み聞かせボランティアサークル わくわく

対 乳幼児からどなたでも

定 20人程度

申 当日受け付け

小学生対象の体育室 一般開放再開!

内 小学生低学年および高学年対象に庭窪CCの体育室を一般開放します。みんなで仲良く遊ばしましょう！

時 低学年…毎週月曜日

高学年…毎週金曜日

15:30～16:30

施設案内

南部エリアコミュニティセンター
TEL 06-6997-4120
場 大宮通1-13-7(市民保健センター1階)



スマホde グリーンアドベンチャー 「この木なんの木気になる木」

内 スマホで写真を撮って、いろんな木を調べましょう。順位に応じて表彰・賞品もあります！

時 4月26日(日) 10:00～11:30

場 4階会議室3

対 2人1組 定 先着20組

持 1組につきスマホ1台

(写真・メール機能必須)

申 4月5日(日)～電話・来館

健康講座実践編 「ヨガ体操を始めよう(第1回)」

内 これからヨガをはじめたい人やヨガ初心者を対象とした教室です。

時 5月14日(木) 10:00～11:00

場 4階会議室 講 山下きよみ氏

¥ 500円 定 先着15人程度

持 ヨガマットまたは大きなバスタオル・動きやすい服装(素足で実施)・タオル・飲み物

備 奇数月第2木曜日に開催(7月9日、9月10日、11月12日、令和9年1月14日、3月11日)

申 4月15日(水)～電話・来館

「南部マルシェ」笑顔と笑顔で繋がる 日替わり出張販売

内 市内の福祉事業所で作られた手作りのすてきな商品が並ぶ「南部マルシェ」。

時 4月2日・9日・16日・23日(木)…

野菜、コーヒー、スイーツなど

4月7日(火)・8日(水)・21日(火)・

22日(水)…お弁当

4月10日・24日(金)…焼きたてパン

4月15日(水)…手作りスイーツ

各日12:00ごろに出店
※詳しいスケジュールや詳細は、上記二次元コードから

場 1階ロビー