

○ エナジーホール (守口文化センター) ☎06-6992-1276

◆大人のためのバレエ・エクササイズ(女性のみ)

時 毎週水曜午前10時30分
¥ 1クール(全12回) 10,000円、1回1,200円

○ 市民体育館 ☎06-6992-8201

◆平成28年度もりぐちジュニアフットサル大会(クラス別リーグトーナメント)

時 2月11日(祝)
▽Aクラス=午前8時40分
▽Bクラス=午後2時10分
対 ▽Aクラス=小学校1~3年生
▽Bクラス=小学校4~6年生
¥ 8,000円

定 各クラス先着16チーム(各チーム5~10人)
申 1月7日(土)~22日(日)に参加料を添えて

◆ジュニアフットサル教室

時 2月4日~3月25日毎週土曜日
▽小学校低学年クラス=午前9時20分
▽小学校高学年クラス=午前10時40分

定 各クラス若干人
講 (株)ミズノ指導員
¥ 6,180円
申 随時受付

◆エヴェッサバスケットボールスクール

時・対 1月24日~2月21日毎週火曜日
▽午後5時20分=初心者
▽午後6時25分=経験者

定 各クラス若干人
講 大阪エヴェッサ指導員
¥ 6,200円
申 随時受付

◆エヴェッサチアダンススクール

時・対 2月24日~3月24日毎週金曜日
▽午後6時=4歳~小学校3年生(キッズ)

▽午後7時10分=小学校4年生~中学生(ジュニア)

定 各クラス20人
講 大阪エヴェッサスポーツクラブ

¥ 7,500円
申 随時受付

◆一般開放(2月分)

内・時 ▽卓球=毎週月曜日・24日(金)(午後A)

▽バドミントン・ソフトバレーボール・インディアカ=9日(木)・23日(木)(午前/午後A)

¥ 利用区分ごとに市内一般300円(ヘルシーアップ講習会を受講した人は250円)、市内小中学生150円、市外者倍額

持 体育館シューズ、ラケット、ボールなど

備 午前=午前9時~正午、午後A=正午~午後2時30分(利用時間には準備・清掃、後片付けを含む)

申 各開放日当日利用券を購入手口へ

◆フィットネスルーム利用講習会(2月分)

内 利用方法およびトレーニング器具の使用法他

時 ▽4日(土)・18日(土) 午前10時45分

▽7日(火)・21日(火) 午後7時

対 中学校卒業以上
定 各先着11人

講 (株)ミズノ指導員
¥ 2,000円

◆ヘルシーアップ講習会(2月分)

時 18日(土) 午前9時30分

対 市内在住・在職・在学の中学校卒業以上

定 先着10人
講 (株)ミズノ指導員
¥ 1,200円

申 受付随時



○ 催し

★第16回北河内成人のつどい

内 障がいのある人の成人を祝う手作りの成人式

時 1月14日(土)
▽<1部>午前10時(守口・寝屋川支援学校出身者)

▽<2部>午後1時30分(交野・四條畷校出身者)

場 交野市ゆうゆうセンター

対 北河内地域在住で障がいのある人
¥ 1人1,000円

備 参加は家族など1人まで同伴可
問 (福) 讃良福祉会

TEL 072-820-6135
FAX 072-820-6147

★北河内成人病講座「胃がんにならないために 胃がんになったら」

内 大阪府成人病センター、市立ひらかた病院の専門医による、胃がんの予防、検査、治療について

時 1月22日(日) 午後2時

場 市立ひらかた病院2階講堂(枚方市禁野本町2-14-1)

交通アクセス ▽京阪電車「枚方市」駅から徒歩約20分▽京阪バス「市立ひらかた病院前」バス停

備 自動車の場合、市立ひらかた病院駐車場の料金は無料認証をします。

定 先着200人
申・問 住所・氏名・年齢・性別・電話番号・参加人数を記載し、はがき、またはファクス、メールで大阪成人病予防協会「公開講座」担当(〒537-8511 大阪市東成区中道1-3-3)

注 参加不可の場合は連絡あり。
TEL 06-6976-2071
FAX 06-6976-2091
E kyoukai@osyk.jp

★森と山の塾2016「第8回~ほうきづくり~」

今回は「草木を使う」をテーマに、12月に刈ったススキの穂先を使って小さなほうきづくりを体験します。

時 1月14日(土) 午前10時(午前9時45分にやまね館で受付開始)

場 高島市森林公園くつきの森

定 先着20人(定員になり次第終了)

持 弁当、水筒、帽子、タオル
備 動きやすい服装

講 NPO法人麻生里山センター理事・海老沢秀夫氏
¥ 大人700円、小学校高学年~中学生500円

申・問 1月11日(水)までに電話またはファクスで同園

TEL 0740-38-8099
FAX 0740-38-8012

★第7回大商業祭

地域のお店が大集合するイベントで、子どもから大人まで、たくさんの方に楽しんでいただけます。

時 1月22日(日) 午前10時

場 守口門真商工会館(門真市殿島町6-4)

▽大抽選会
対 1,000円以上購入した人

▽シンボルキャラクター「もり吉」と写真撮影
▽キャラクターの風船を無料配布(数量限定)

対 小学生以下の子ども
▽100円イベント~100円で買えるお得な商品・食べ物・サービス~

▽スイーツイベント~地域の美味しいスイーツ~

▽ペーパークラフトなど体験イベント
参加店舗数...約50ブース

問 守口門真商工会議所中小企業相談所
TEL 06-6909-3303

★関西医科大学附属病院市民公開講座~脳梗塞および認知症関連~

時 1月21日(土) 午後2時(午後1時30分受付開始)

場 同病院13階講堂(枚方市新町2-3-1)

内・講 ▽「脳梗塞治療の最前線~なったらどうする?ならないためにどうする?~」神経内科・國枝武伸氏▽「認知症の診療について」精神神経科・奥川学氏

定 先着150人
備 当日、会場にて受付

問 同病院管理課広報係
TEL 072-804-2980

★松下介護老人保健施設はーとびあ「市民向け講座」

▽ゲームや体操で認知症予防教室

時 1月10日(火)・24日(火) 午前10時
▽認知症や介護体験を気軽に話せるカフェぱいん

時 1月13日(金) 午後2時
▽健康講座

内 「目の病気」と認知症予防運動!

時 1月27日(金) 午前10時

場 八島町集会所
▽認知症予防講座

内 症状からケアを考えよう
時 1月21日(土) 午後1時30分

場 市役所1階南エリア・会議室106
▽講演会

内 若年認知症 本人の想い・家族の思い
時 1月22日(日) 午後2時

講 越智須美子氏(渡辺謙主演映画「明日の記憶」の参考になったご家族)

★守口生野記念病院第10回市民公開講座「成分表示について学ぼう」

時 1月21日(土) 午後1時

場 同病院8階第1・2会議室
講 栄養科管理栄養士・浴林志帆氏

問 同病院
TEL 06-6906-1100

★第19回市民公開講座「がん医療の最前線~がんを知り、がんを制する~」

内 ①「わたしが決めるがん治療~患者の自律性が尊重される時代の治療方針の決定~」

②「がんを知ろう!~今日からできるがん予防~」

③「がんの早期発見について~PET CTを中心に~」

時 2月18日(土) 午後2時
場 エナジーホール

定 先着400人
問 関西医科大学総合医療センター管理課
TEL 06-6993-9659

★ノートテイク講座

内 聴覚障害者に、書いて情報を伝える「ノートテイク」の講座。午前は講習、午後は携帯用ホワイトボードを作成し、聴覚障害者と交流します。

時 2月9日(木) 午前10時

場 障害者・高齢者交流会館・2階
定 先着20人程度

備 講習のみの参加可
申・問 守口障害者生活支援事業所「みみ」

TEL 06-6993-9640
FAX 06-6993-9647

★第27回春をよぶみんなのコンサート

内 北河内の作業所や支援学校などの仲間が一同に集い、演奏発表やカラオケなどで交流を深める音楽会です。

時 2月11日(祝) 正午

場 門真市民文化会館ルミエールホール(門真市末広町29-1)

問 (特非) ようき・すなお会
TEL 06-6993-5343

守口第1地域包括支援センター
TEL 06-6904-8900
月曜日~土曜日(祝日は除く)
午前8時45分~午後5時15分

★介護予防教室「認知症予防のための手と指の体操」

時 1月14日(土) 午後1時30分

場 ふれあいの家
講 朝山一郎氏

★介護予防教室「転倒予防~ボール運動で筋力アップ~」

時 1月19日(木) 午後1時30分

場 東コミュニティセンター
定 先着20人

講 由佐恵子氏
持 タオル、飲み物

備 動きやすい靴で参加
申・問 前日までに同地域包括支援センター