

市民のひろば

当コーナーに掲載している内容は市民・団体が主催しています。



催し

長寿社会の食養生 薬膳教室

薬に頼らず、食事でセルフケアを学ぼう。男性講師。11/15(土)9:30～12:00。青年の家。初心者対象。500円。
問 林 〓chama891000@gmail.com

ゆる〜く始める週一ダイエット

セラバンドを使用したダイエットExです。11/23(祝)13:30～。青年の家。女性対象。500円
問 上山 〓090-3130-3754

童謡歌って元気アップしよう！

歌の初心者歓迎。心温まる童謡をみんなで。11/24(土)13:00～14:15。いきいきランド交野。1,000円。
問 小澤 〓090-7103-4793

呼吸×心理学×MOMED

うつ鬱の原因、マインドトークを静める(実践)。11/9(日)13:00～16:00。青年の家。2,000円。
問 和田 〓080-9126-8580

子どもも楽しめる植物観察会

私市周辺の植物観察(定員約40人)。11/16(日)10:00～12:00。ゆうゆうセンター。無料。
問 久保 〓892-3329



1月号の締め切りは11/28(金)

スマイリー 鉄棒教室

鉄棒に慣れよう。苦手意識克服。少人数制。12月の土・日曜(詳細は要問い合わせ)。青年の家。年少から小学4年生くらいまで対象(2部制)。4回セット3,200円。
問 YUKA 〓yuka.pon.kyun.0614@gmail.com

親子体操スマイリー特別企画

みんな集まれ。詳細はインスタにて。11/15(土)13:30～14:30予定。青年の家。2歳前後から6歳くらいまで対象。1家族500円(保険代含)。
問 YUKA 〓yuka.pon.kyun.0614@gmail.com



『食べる喜び』を語ろう！

先着300人事前申込み。肺炎予防の講座。11/22(土)13:00～15:00。ゆうゆうセンター。一般、介護医療従事者、学生対象。500円。
問 水野 〓080-3136-6311

光の科学 ポケットレインボー

光の科学、虹。ポケットレインボーを作ろう。11/23(祝)14:00～16:00。青年の家。大人から子どもまで対象。教材代500円。
問 坂野 〓893-1083

子育てボランティア育成講座

地域の子育て応援団になりませんか。①11/14(金)10:00～12:00今の子育て状況等②11/21(金)10:00～12:00子育てに必要なもの等。第1児童センター。無料。
問 蒲田 〓polaris05katano@yahoo.co.jp

親子体育リトミック

体育・音楽・知育遊びを楽しみます。第2・4金曜①9:45～10:45②10:45～11:45。青年の家。①2歳以上対象②2歳未満対象。500円。
問 坂本 〓renkurukana@aol.com

ありがとう笑いヨガ

笑って体と心が元気、免疫力アップ楽しい。11/15(土)13:30～15:00。ゆうゆうセンター。500円。
問 藤谷 〓090-3038-5085



つじちゃんの笑って!笑いヨガ

笑うと体に良い事いっぱい。笑う健康体操。11/12(水)10:00～11:00。星田会館。500円。
問 辻 〓090-4765-1095

談話室「ひまわりroom」

話す所がない方、一度のぞきにきて下さい。11/11(火)10:30～12:00。ゆうゆうセンター。障がい児者の家族、1人で悩んでいる方、一歩踏み出せない方対象。無料。
問 坪岡 〓080-4985-2712

沖縄の空手道を学びませんか？

空手に興味がある方、親子参加歓迎します。毎週火曜19:00～。青年の家。無料。
問 黒川 〓090-1593-8750

あしたへ

発達障がい等気になる方お話ししませんか。11/20(土)10:00～12:00。いきいきランド交野。発達障がい等児者の家族対象。200円。
問 中野 〓891-9040

EM研究所 山岡宏光氏講演会

有用微生物群EMと炭を活用した畑の土作り。12/6(土)9:30～12:00。ゆうゆうセンター。500円。
問 高田 〓090-5804-3602

秋の鳴く虫観察会

予約不要。展示実習室集合。講師は谷垣岳人さん。11/1(土)13:00～14:30。大阪公立大学附属植物園内。無料。
問 きさいち植物園ファンクラブ 〓894-8386

東海道ウォーク 三条～山科

古文化同好会の歴史健康ウォーク。弁当持参。11/22(土)9:00～17:00。交野市駅集合。案内は盛岡博さん。300円。
問 大澤 〓090-3823-9488

森遺跡に関わる渡来文化

古文化同好会の勉強会。参加自由。11/8(土)10:00～12:00。青年の家。講師は橋本高明さん。300円。
問 大澤 〓090-3823-9488

晴れ着着付講習会

晴れ着を着てお出かけしましょう。①12/2(火)②12/3(水)10:00～12:00。①武道館2階②幾野集会所。18歳以上の女性対象。無料。
問 徳田 〓893-9409



仲間募集

子供ピアノ始めの一步！

ドレミから丁寧に。ぐんぐん成長します。月2回火・金曜15:00～。青年の家。4歳以上対象。入会金1,000円、月3,000円。
問 小澤 〓090-7103-4793

シニア絵画・アートの会

脳を刺激、創る喜びでいきいき豊かな人生。第4土曜10:00～11:30。青年の家。55歳以上対象。入会金1,000円、月1,500円。
問 林 〓090-6664-3907



小学生ソフトボール見に来てね

広い校庭でボール投げやバッティングをして遊ぼう。土・日曜13:00～。体験は要問い合わせ。私市小学校。無料。
問 河辻 〓080-1420-5045



レイキヒーリング初めての体験

海外で人気のレイキヒーリングで免疫力UP。11/14、12/12、1/9(金)18:30～。ゆうゆうセンター。無料。
問 橋本 〓080-3855-7258

留学生と一緒にクッキング！

会話を楽しみながら一緒に料理をしましょう。11/16(日)11:00～14:00。ゆうゆうセンター。小学生以上対象。高校生以上1,000円、小・中学生800円。
問 交野市国際交流協会 〓894-1113

スポーツウエルネス吹矢体験会

健康に良い吹矢、一度体験してみませんか。11/3(祝)・16(日)・21(金)13:00～16:00。いきいきランド交野。無料。
問 寺島 〓090-2116-0054

笑いヨガ ひーちゃん

笑って健康UP。一緒に楽しみましょう。11/6(木)13:30～15:00。交野会館。500円。
問 岡田 〓080-2411-6105

楽しく歌おう 四季の会

懐かしい歌をみんなでハモってみませんか。11/12(水)10:00～。青年の家。無料。
問 早川 〓090-4905-8844

カリスゆったりリストレッチ体操

バスタオル持参。①11/8(土)・15(土)・17(月)・24(土)毎週金曜14:30～。①いきいきランド交野②武道施設。500円。
問 ペレイラ美起 〓090-9612-2154

クリスマスお楽しみアート体験

簡単。おしゃれなリースやカードを手作り。11/29(土)10:00～11:30。青年の家。申込締切11/17(月)。1,500円。
問 林 〓090-6664-3907



心の病を抱えた家族の方々集合

心の病で悩んでいる家族の方々、参加を。11/12(水)13:30～15:30。ゆうゆうセンター。精神障害者の家族対象。無料。
問 雲川 〓891-0884

憲法とくらしを考える会講演会

久保敬元校長と考える大阪の教育について。11/9(日)14:00～。青年の家。500円。
問 松村 〓892-4938

市長表彰受賞者

おめでとうございます



おぎそなぎさ
小木曾汀彩さん

災害救助犬 アッシュさん

トルコのイスタンブールにて開催された2025年FCI災害救助犬チームワールドチャンピオンシップで優勝。

市HPに
受賞者からの一言を
掲載しています。▶▶▶



HP