

フットサル教室後期

内容 初心者OK。必要な技術を丁寧に指導します。
日時 毎週日曜(月3回)①13:00～14:30②14:30～16:00 ※詳しい日程はお問い合わせください
場所 星田西体育施設 体育室
対象 ①年長～小学生低学年
②小学生低学年～高学年
定員 各20人(先着) **費用** 月1,800円
持ち物 飲み物、タオル、室内シューズ
申込・☎ 参加費を添えて星田西体育施設 ☎072-893-7721

スポーツスクール

内容 跳び箱や鉄棒、マット等を使用して運動を行います。
日時 毎週金曜①15:45～16:45②16:45～17:45
※詳しい日程はお問い合わせください。
場所 星田西体育施設 体育室
対象 ①年少～年長②小学生
定員 各20人(先着)
費用 6,600円 ※初回登録手数料3,000円
持ち物 飲み物、タオル
申込・☎ 星田西体育施設 ☎072-893-7721

ピラティス第3期

内容 心体を整えるエクササイズです。
日時 毎週木曜 15:40～16:40
※詳しい日程はお問い合わせください。
場所 星田西体育施設 体育室
対象 16歳以上 **定員** 各30人(先着)
費用 1回600円 ※10～12月期間一括払い
講師 和田紗織さん
持ち物 飲み物、タオル、室内シューズ、バスタオルまたはブランケット、あればヨガマット
申込・☎ 参加費を添えて星田西体育施設 ☎072-893-7721

背骨コンディショニング

内容 背骨の歪みを整えて、体の不調を改善する運動です。
日時 10/7・14・21・28(水)14:00～15:00
場所 星田西体育施設 体育室
対象 16歳以上 **費用** 4,000円(全4回)
講師 前畑久子さん **持ち物** 飲み物、バスタオル
申込・☎ 参加費を添えて星田西体育施設 ☎072-893-7721

ZUMBA GOLD® 第3期

内容 ラテン系の音楽でダンスをするエクササイズです。初心者や久しぶりに体を動かす方でも気軽にできます。
日時 毎週木曜 14:30～15:30
※詳しい日程はお問い合わせください。
場所 星田西体育施設 体育室
対象 16歳以上 **定員** 各30人(先着)
費用 1回600円 ※10～12月期間一括払い
持ち物 飲み物、タオル、室内シューズ
申込・☎ 参加費を添えて星田西体育施設 ☎072-893-7721



その他施設(市内)

介護予防・高齢者スポーツ講習会

内容 4ラウンド32ホールのグラウンド・ゴルフを楽しみます。
日時 11/16(月)・17(火)・18(水)13:00～15:00
場所 パシオン情熱Stadium(私部公園)グラウンド(16(月)は管理棟)
対象 市内在住で65歳以上の初心者
定員 20人(先着)
費用 無料
申込・☎ 10/1(木)から高齢介護課 ☎072-893-6409



元気アップ体操クラブ

内容 筋力・体力等の維持・向上に役立つ市オリジナルの体操です。運動不足解消にご参加ください。
①ゆうゆうセンター 4階 多目的ホール
日時 10/7・21(水)10:00～10:45
11:00～11:45
定員 各60人(先着)
②旧交野みらい小学校(旧長宝寺小学校)体育館
日時 10/1・15(木)13:30～14:15
定員 各70人(先着)
③いきいきランド交野 1階 会議室
日時 10/9・23(金)10:00～10:45、11:00～11:45
定員 各30人(先着)
対象 市内在住のおおむね65歳以上
費用 無料
持ち物 飲み物、②室内シューズ
申込 直接会場(受付は15分前)
☎ 高齢介護課 ☎072-893-6409



使い捨てプラ削減キャンペーン 保冷バッグ無料配布

内容 プラスチックごみの排出抑制を目指す「使い捨てプラ削減キャンペーン」の一環として、「おりひめちゃん」がプリントされた保冷バッグの無料配布を行います。便利なバッグを活用してごみを減らしましょう。
日時 10/29(木)①10:30～②15:00～
場所 ①JAファーマーズプチ星田
②サンディ交野郡津店
定員 各店舗500人(先着、1人1個)
☎ 環境事業課 ☎072-892-0121



その他施設(市外)

認知症介護者家族交流の場 「はまゆりの会」紅葉狩り

内容 認知症のご本人や介護している家族の皆さんが安心して参加できる紅葉狩りを開催します。
日時 11/19(木)11:00～14:00
(雨天時は11/25(水)に順延)
場所 寝屋川公園
対象 認知症の本人や介護者家族等(認知症サポーターが付き添い等のお手伝いをします)
費用 無料 ※お弁当を希望の方は別途費用。
定員 15人(先着)
申込・☎ 11/6(金)までにWeb予約または地域包括支援センター ☎072-893-6426
※車いすの利用や、現地までの介護タクシー送迎をご希望の方は申込時にお知らせください。



介護助手として働きませんか

内容 介護現場で身体介護以外(清掃や食事の配膳等)の周辺業務を担う介護助手の説明会と合同就職説明会です。詳細はHPをご覧ください。
日時 11/27(金)14:00～16:15
場所 寝屋川市立市民会館
☎ 府委託先 セントスタッフ(株) ☎03-6803-5624



歴史ネットきたかわち広域リレー 講座「ぶらり北河内2026」

内容 北河内各市域の歴史や文化財を身近に学び、地域の良さを再発見するための講座を開催します。
①講座「古代の北河内と物部氏」
②歩いて探る百済王氏の古代都市
日時 ①11/5(木)14:00～
②11/18(水)(雨天予備日 11/25(水))13:30～16:30
場所 ①倉治図書館2階 視聴覚室
②宮之阪駅集合～中宮住宅付近解散
定員 各50人(抽選)
費用 無料
申込 Web予約または、往復はがき(1枚につき1名)に住所、氏名、電話番号(お持ちの方は携帯電話の番号)、返信用にも住所、氏名を書いて、
①10/23(金)〈必着〉までに〒576-0052 交野市私部 2-29-1 交野市文化観光課「歴史ネットきたかわち」担当
②11/4(水)〈必着〉までに〒573-8666 枚方市大垣内町 2-1-20 枚方市文化財課「歴史ネットきたかわち」担当
☎ ①文化観光課 ☎072-893-8111
②枚方市文化財課 ☎072-841-1411



食品ロス削減キャンペーン

内容 10/1(木)～31(土)の期間、府内の小売店等と連携して食品ロス削減キャンペーンを実施します。キックオフイベントも開催します。
日時 10/3(土)11:00～17:30
場所 ららぽーと堺 1階
「Fansta XROSS STADIUM」
☎ 府環境農林水産部流通対策室ブランド戦略推進課総務・企画グループ ☎06-6210-9607

