



定員の表記がないものは先着順。
2月5日時点の情報です。開催状況
は各主催者へお問い合わせください。

催し

健康体操 自彊術

▶3月①3日(火)13時~14時30分
②5日(木)10時~11時30分 ▶
①西光寺(新町1-1)②池田駅前
北会館 ▶全身を動かし肩こりや
腰痛、生活習慣病の改善 ▶前日
までに生田☎080・3113・1330

ゆるゆるヨガ教室体験

▶3月5・12・19日(木)9時30分~
10時30分 ▶石橋北会館 ▶
ゆっくり体をほぐす ▶女性 ▶
500円 ▶前日までに久保田☎0
90・3847・0726

オリオンさんの絵本と歌のひろば

▶3月6日(金)11時15分~11時45
分 ▶もりもりKIDS ▶大型絵
本や歌の紹介、手遊び、パネルシア
ターなど ▶0~3歳の子どもと保
護者 ▶同所☎752・2211

パーキンソン病知っ得情報会

▶3月6日(金)14時~16時 ▶池田
駅前南会館 ▶転ばないための工
夫 ▶パーキンソン病患者とその家
族 ▶早柏☎090・1711・8439

にゃんQ「保護猫さんの譲渡会」

▶3月7日(土)13時~16時 ▶のら
ねこさんの手術室(鉢塚2-8-26)
▶同事務局☎080・3787・4807

ほんわかそろばん体験教室

▶3月8・22日(日)9時45分~11
時 ▶市民活動交流センター ▶
大人のためのそろばん教室。初心
者歓迎 ▶中高年 ▶2人 ▶前
日までに森山☎789・1558

池田郷土史学会 3月例会

▶3月8日(日)13時30分~15時
▶寿命寺(西本町2-20) ▶同
寺の見学 ▶会員以外500円(資
料代) ▶松本☎794・6667

高齢者の転倒予防体操

▶3月10・24日(火)10時~11時30

分 ▶そんぱち組合員センター(鉢
塚2-8-2) ▶予防体操とストレ
ッチ ▶60歳以上 ▶前日まで
にほくせつ医療福祉生協事務局☎
06・6840・7601

そんぱち囲碁・将棋教室

▶3月13・27日(金)14時~17時 ▶
そんぱち組合員センター ▶囲
碁・将棋を楽しむ ▶8人 ▶3月
10日(火)までにほくせつ医療福祉生
協事務局☎06・6840・7601

「へのへのもへじ文庫」遊びの日

▶3月13日(金)15時~17時 ▶綾
羽こども館(綾羽1-1-4) ▶ドミ
ノたおし大会に挑戦 ▶佐藤☎76
1・2935

陶芸体験教室

▶3月14・28日(土)11時~12時 ▶
カルチャープラザ ▶小学生以上
▶6人 ▶前日までに池田市陶芸
同好会☎761・6131

大人のおり紙

▶3月19日(木)13時30分~14時30
分 ▶五月山児童文化センター
▶春の花 ▶10人 ▶3月4日(水)
までに同センター☎752・6301

カーリンコン大会

▶3月20日(祝)13時30分~15時30
分 ▶保健福祉総合センター ▶
3人1組でディスクを投げ合い点
数を競う ▶小学5年生以上 ▶
100円 ▶3月10日(火)までに伊藤
☎090・7750・0217

自死遺族の心の傘に

▶3月21日(土)14時~16時30分
▶ステーションNビル ▶大切な
人との別れを体験された方たち
の集い ▶自死遺族 ▶500円
▶植村☎080・3858・2954

親子でクッキング

▶3月22日(日)10時~14時 ▶
保健福祉総合センター ▶子ども
とクッキングを楽しむ ▶ひとり親
家庭の親子 ▶10組 ▶3月15
日(日)までに母子寡婦福祉会☎09
0・9861・5565

気軽にウクレレおためし会

▶3月24日(火)13時15分~14時
▶白蓮会館石橋支部(石橋1-15-
33) ▶初心者対象。ウクレレの
レンタル可 ▶3人 ▶1,000円
▶前日までに提☎070・3358・5
295

池田エッセイの会

▶3月25日(水)10時~12時 ▶市
民活動交流センター ▶エッセイ
講習見学会 ▶3月23日(月)までに
一谷☎751・8432

バランス吉、幸せのもう一品

▶3月26日(木)14時30分~16時
▶保健福祉総合センター ▶賢
く補う元気料理を作る。エプロン
持参 ▶30人 ▶400円 ▶前
日までにあくたがわクリニック☎7
48・4159

会員募集

(特非)若葉会パソコン教室(前期)

▶①第1・2・3月曜日9時30分~
11時30分②水曜日10時~12時、
13時~15時 ▶①保健福祉綜
合センター②市民文化会館 ▶
①パソコンの基礎を学ぶ②パソコ
ンの自主勉強 ▶中高年、体に障
がいのある方 ▶①7,000円②
各5,000円 ▶3月11・18日(水)
10時~15時に同館へ参加費持参
▶宮垣☎752・7680

花粉症に負けない

自律神経調整ヨガ

▶水曜日①10時~12時②14時~
16時 ▶イルチブレインヨガ石橋
スタジオ(石橋2-2-10) ▶免疫
力を上げる体操とリラックス呼吸瞑
想 ▶10人 ▶1,000円 ▶前
日までに同スタジオ☎762・7507

40歳からのやさしいヨガ

▶①水曜日②木曜日13時30分~
14時30分 ▶①池田駅前会館
②城南会館 ▶体の硬い方も安心
▶40歳以上 ▶各750円 ▶前日
までに蔭山☎090・4306・9291

池田サラリーマンOB会

▶第4木曜日15時~16時 ▶マ
ルシェ池田 ▶ボランティア・同好
会活動を行う ▶市在住のサラリ
ーマンを退職した方 ▶1,000円
▶いけだ市民文化振興財団☎75
0・3333

市内の棚田で米作り

▶4月25日(土)9時~11時30分
(10月まで月2回程度) ▶東山町
▶田おこし、代かき、手植え、稲刈
りなど ▶年1,000円(家族300
円)、保険料300円 ▶池田・人と
自然の会☎752・1711

伝言板は皆さんの自主的な活動を応援するコーナーです。費用の明記がないものは無料です。5月号の原稿は、3月19日(木)12時(必着)までに広報広聴課 ☎754・6202 FAX753・2757 HP<https://www.city.ikeda.osaka.jp/soshiki/sogoseisaku/koho/kohoikeda/dengonban/index.html>へ。電話申し込みは不可です。