



定員の表記がないものは先着順。5月11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 自彊術体験教室

▶6月①2日(火)13時～14時30分②4日(木)10時～11時30分 ▶①西光寺(新町1-1)②池田駅前北会館 ▶肩こりや腰痛の改善、自律神経を整え心身の調整を図る ▶前日までに生田☎080・3113・1330

高齢者のスマートフォン教室

▶6月4・18日(木)14時～16時 ▶そんぱち組合員センター(鉢塚2-8-2) ▶60歳以上 ▶各4人 ▶各3日前までにほくせつ医療福祉生協事務局☎06・6840・7601

パーキンソン病知っ得情報会

▶6月5日(金)14時～16時 ▶池田駅前南会館 ▶睡眠の質を良くする工夫 ▶パーキンソン病患者とその家族 ▶早柏☎090・1711・8439

2030年の池田を考えよう

▶6月6日(土)12時40分～15時 ▶市民活動交流センター ▶脱炭素社会を語り合う ▶前日までに環境会議・いけだ☎070・8998・5493

にゃんQ「保護猫さんの譲渡会」

▶6月6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

五月山クリーン登山

▶6月7日(日)9時～15時 ▶阪急「池田駅」改札前集合 ▶東畑バス停→石澄の滝→五月山方面→日の丸展望台 ▶前日までに小山☎090・9996・5026

高齢者の転倒予防体操

▶6月9・23日(火)10時～11時30分 ▶そんぱち組合員センター ▶転倒予防とストレッチ ▶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

高齢者健康マージャン

▶6月<A班>9・16・23・30日(火)<B班>6・13・20・27日(土)12時～16時 ▶そんぱち組合員センター ▶ほくせつ医療福祉生協事務局☎06・6840・7601

オリオンさんの絵本と歌のひろば

▶6月10日(水)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

市内の棚田で田植え

▶6月13日(土)9時～12時 ▶東山町 ▶紐の印のところに手植え ▶300円 ▶6月10日(水)までに池田・人と自然の会☎752・1711

ほんわかそろばん体験教室

▶6月14・28日(日)9時40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 ▶各2人 ▶前日までに森山☎789・1558

大人のおり紙

▶6月18日(木)13時30分～14時30分 ▶五月山児童文化センター ▶七夕 ▶10人 ▶6月3日(水)から同センター☎752・6301

「へのへのもへじ文庫」遊びの日

▶6月19日(金)15時～17時 ▶綾羽こども館(綾羽1-1-4) ▶ばねをぐるぐる巻いて太鼓を作る ▶佐藤☎761・2935

猪山寄席

▶6月20日(土)14時～16時 ▶市民活動交流センター ▶落語みゆーじあむ受講生による落語会 ▶オフィス猪山☎090・1443・0659

いけだ国際交流友の会

▶6月27日(土)10時～13時 ▶姫室・室町会館 ▶ブラジル料理教室 ▶15人 ▶500円 ▶6月23日(火)までに三木☎090・7482・0135

親子で楽しむワールドツアー・南米

▶6月27日(土)10時30分～12時30分 ▶市民活動交流センター ▶スチールパンの演奏と、味や遊びの体験 ▶小学生以上の親子 ▶20組 ▶150円 ▶6月25日(木)までに関西コミュニティ協会☎752・6601

ミニモルック・カーリンコン体験

▶6月28日(日)13時30分～15時30分 ▶保健福祉総合センター ▶体験を通じて交流を深める ▶宮地☎090・7754・6731

ソフトバレーボール フェスティバル

▶7月19日(日)9時30分～16時 ▶総合スポーツセンター ▶市内在住・在学・在勤の方 ▶1,700円(クラス別) ▶7月5日(日)までに関☎090・7555・2766

リハビリ体験

▶月～金曜日10時～16時 ▶入所施設や自宅 ▶体に不自由のある方、体の衰えなど不安がある方 ▶希望日の前日までに関根☎080・5717・0613

会員募集

誰でもできる気功&呼吸瞑想

▶火曜日14時～16時 ▶イルチブレインヨガ石橋スタジオ(石橋2-2-10) ▶気功と呼吸瞑想で体・心・脳を整える ▶10人 ▶1,000円 ▶当日12時までに同スタジオ☎762・7507

脳トレ健康麻雀

▶水・土曜日13時～17時 ▶早苗の森会館など ▶脳の活性化。初心者歓迎。指導あり。マナー・ルール厳守 ▶市内在住の方 ▶若干名 ▶山村☎090・9289・0384

コール しおん

▶金曜日(祝日は除く)9時40分～12時 ▶保健福祉総合センター ▶楽しく歌って若返り ▶月1,400円 ▶弓庭☎090・5650・7879

時短スケッチ(ペンスケッチ)

▶第3水曜日10時～12時 ▶いしばし寺子屋(石橋1-11-14) ▶ペンと水彩絵の具で小さなスケッチを描く ▶3,500円 ▶1週間前までに小林☎090・8208・1338

スポイの会 日本語ボランティア

▶日時相談 ▶保健福祉総合センターなど ▶日本語ボランティア学習のみ、役員・定例会なし。見学自由 ▶5人 ▶松添☎090・9699・4312