千里公民館

〒560-0082 新千里東町1-2-2
☎6833・8090 FAX6832・4190

楽しく始めるパソコンライフ

時 10月19日㈪13時30分～16時 所 同館 内 シニアのインターネット活用術 対 文字入力ができる人、9人 ¥ 500円 申 10月13日㈫10時から電話で同館。受付日に定員を超えれば抽選

千里いきいきサロン 竹を使って楽しもう

時 連①10月21日㈬②28日㈬③11月4日㈬。10時～12時 所 同館 内 ①一輪挿しやペーパーナイフ作り②千里東町公園（新千里東町）散策③旗振り人形作り 出 千里ネイチャークラブ 対 20人 申 10月7日㈬10時から電話で同館。先着順

スポーツ

ニュースポーツデー

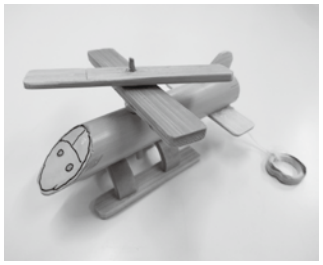
時 所 10月3日㈯豊島（服部西町）、10日㈯庄内（野田町）、17日㈯豊泉家千里（新千里東町）の各体育館。いずれも9時30分～11時30分 内 ペタンク、囲碁ボール、ソフトバレーボールほか 持 運動のできる服、上靴、タオル、飲み物 問 スポーツ振興課☎6858・2751

ウオーキングイベント

時 10月18日㈰10時～11時30分。集合・解散は二ノ切温水プール（東豊中町） 内 指導員が歩き方を測定・レクチャーし、約4kmのコースを景色を楽しみながら歩く 対 15歳以上（中学生は除く）、20人 申 10月4日㈰から同プール☎6848・8781。先着順

わくわく千里自然工房 竹のおもちゃを作ろう

時 10月24日㈯10時～12時 所 同館 出 千里ネイチャークラブ 対 30人。小学3年生以下は保護者同伴 申 当日会場。先着順


羽が回る竹のヘリコプターを作ります

千里親子ふれあい広場

時 11月5日㈭10時～10時40分、11時～11時40分 所 同館 内 千里金蘭大学の学生とふれあい遊び 対 0歳～2歳の子どもと保護者、各9組 申 10月9日㈮16時までに電話で同館。抽選あり

（広告）

スポーツ教室・大会・講習会ほか

▶万一の傷害事故に備えてスポーツ保険などに加入してください　▶各施設・会場への車での来場はご遠慮ください

豊中テニストーナメント（ダブルス）	▶種別＝①男子・女子ダブルス（各32組）②混合ダブルスA（32組）③混合ダブルスB（２人の年齢合計100歳以上、32組）　時11月①８日㈰②③15日㈰。いずれも９時～。予備日は11月22日㈰　所マリンフード豊中テニスコート（服部寿町）　対市在住か在勤の人が所属する４人以上の団体　¥１組3,500円、申し込み受け付け後、組み合わせ表と振込先を送付　申10月13日㈫までに豊中市テニス協会HPから申し込み。先着順　問同協会☎070-2282-1212

スポーツ教室

時下表のとおり（実施回数を記載している教室は連続で参加が必要）　対市在住か在勤の人（生徒・学生は在住に限る）　申下表のとおり。来館の場合は受付日時に費用を添えて各館（時刻までに必ず入館）。１人で複数人の申し込みは不可。先着順と記載のないものは抽選あり。定員に満たない場合は、初講日まで受け付け　問各館

	教室名	対象・定員 ※印は生徒・学生の参加不可	日程・開始時間（実施時間）	費用（円）〈実施回数〉	申込受付日時（10月）
グリーンスポーツセンター庭球場（大島町）☎6398-7391					
	テニススクール	小学５年～中学生で①テニス大会出場者②テニス大会出場希望者、各８人	10月10日～３月27日の土曜日①９時②11時（各90分）	１回 1,300	５日㈪から電話受付。先着順
二ノ切温水プール（東豊中町）☎6848-8781					
短期	アクアビクス 持水着	15歳以上（中学生は除く）、各15人	10月の日曜日10時、10時30分（各30分）	１回 400	当日30分前に来館。先着順
短期	ダンスフィット	中学生以上、８人	11月の金曜日19時（60分）	3,000〈４回〉	30日㈮から来館。先着順
短期	ダンススタジオ（知的障害者クラス）	療育手帳のある15歳以上（中学生は除く）、15人	11月の月曜日（23日を除く）17時30分（60分）	2,000〈４回〉	26日㈪から来館。先着順
マリンフード豊中スイミングスタジアム（服部西町）☎6865-3507					
短期	アクアビクス 持水着	15歳以上（中学生は除く）、各15人	10月の火曜日13時30分、10月の土曜日13時、10月の日曜日（11日を除く）10時・10時40分（各30分）	１回 400	当日15分前に来館
短期	腰痛予防教室 持水着、動きやすい服	15歳以上※、各10人	10月の水曜日（14日を除く）11時（各60分）	１回 600	当日15分前に来館
短期	ピラティス	15歳以上※、各10人	10月の火曜日（20日を除く）10時30分、10月の日曜日（11日を除く）11時45分（各45分）	１回 500	当日15分前に来館
武道館ひびき（服部西町）☎6864-2288					
短期	こどもバランス	平成26年４月２日～平成28年４月１日生まれの子ども、20人	11月の水曜日15時（60分）	2,000〈４回〉	28日㈬16時に来館
柴原体育館（柴原町）☎6843-7877					
短期	はだしでショートテニス	平成26年４月２日～平成28年４月１日生まれの子ども、20人	11月10日～12月15日の火曜日15時30分（60分）	3,000〈６回〉	27日㈫16時45分に来館
短期	①ナイトストレッチ ②かんたんストレッチ	①15歳以上※②中・高齢者、各30人（いずれかひとつ）	①10月26日～12月14日の月曜日19時15分（60分）②10月27日～12月１日の火曜日12時15分（45分）	1,500〈５回〉	①19日㈪19時 ②20日㈫11時50分に来館
短期	ひよこっこ体操	平成30年４月２日～平成31年４月１日生まれの子どもと保護者、20組	10月16日～11月13日の金曜日９時30分（60分）	2,000〈４回〉	９日㈮10時45分に来館

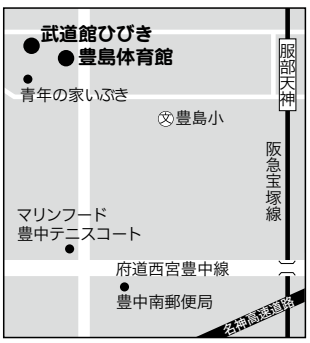
記号の説明　時＝日時　所＝場所　内＝内容　出＝出演・講師・指導　対＝対象・定員　¥＝費用・参加費。明記しないものは無料　持＝持ち物　他＝その他　申＝申し込み　問＝問い合わせ　保＝保育あり（有料）　連＝連続で参加が必要　HP＝ホームページ

スポーツ教室（前ページからのつづき。甲などは39ページ参照）

	教室名	対象・定員 ※印は生徒・学生の参加不可	日程・開始時間 （実施時間）	費用（円） 〈実施回数〉	申込受付日時（10月）
豊島体育館（服部西町）☎6862-5121					
短期	中高齢者のためのタイ式ヨガ（ルーシーダットン）	中・高齢者、10人	10月20日～11月24日の火曜日10時（60分）	2,500 〈5回〉	13日㈫11時15分に来館
短期	こどもトランポリン①A②B	①平成26年4月2日～平成28年4月1日生まれの子ども②小学1年～3年生、各24人	10月28日～11月25日の水曜日①15時30分②16時45分（各60分）	2,500 〈5回〉	21日㈬①15時45分 ②17時に来館
庄内体育館（野田町）☎6331-7922					
短期	すくすくきっずスポーツ	平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれの子ども、20人	10月19日～11月16日の月曜日15時15分（60分）	2,500 〈5回〉	12日㈪15時45分に来館
短期	こどもたいそう	小学1年～3年生、20人	10月21日～11月18日の水曜日16時45分（60分）	2,500 〈5回〉	14日㈬17時に来館
豊泉家千里体育館（新千里東町）☎6871-2233					
短期	はじめてヨガ	15歳以上※、20人	10月14日～11月4日の水曜日10時（60分）	2,000 〈4回〉	7日㈬10時に来館
短期	①こづれでヨガ ②骨盤ヨガ	①平成30年4月2日以降生まれの子どもと保護者、10組②15歳以上※、20人	10月15日～11月5日の木曜日①10時②11時15分（各60分）	2,000 〈4回〉	8日㈭①10時30分②11時30分に来館
短期	トランポリン①A②B③C	①平成26年4月2日～平成28年4月1日生まれの子ども②小学1・2年生③小学3年～6年生、各40人	10月16日～11月27日の金曜日①15時40分②16時50分③18時（各60分）	3,000 〈6回〉	9日㈮①16時 ②17時 ③18時に来館
短期	体幹トレーニング	15歳以上※、20人	10月20日～11月17日の火曜日10時（60分）	2,000 〈4回〉	13日㈫10時に来館
短期	チャレンジなわとび	平成26年4月2日～平成28年4月1日生まれの子ども、25人	10月21日～11月18日の水曜日16時（60分）	2,500 〈5回〉	14日㈬16時に来館
短期	きっずフィット①A②B	①平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれの子ども②平成26年4月2日～平成28年4月1日生まれの子ども、各15人	10月26日～12月14日の月曜日①15時②16時10分（各60分）	3,000 〈6回〉	19日㈪①16時15分 ②17時25分に来館
短期	さかあがり①A②B	①平成26年4月2日～平成28年4月1日生まれの子ども②小学1年～3年生、各20人	11月5日～12月3日の木曜日①15時30分 ②16時40分（各60分）	2,500 〈5回〉	29日㈭①16時②17時に来館
短期	トランポリンD	中学生以上、20人	11月6日㈮・13日㈮・27日㈮19時30分（各60分）	1回 500	30日㈮9時から電話受付。先着順

柴原体育館
☎6843-7877
柴原町4-4-18

豊泉家千里体育館
☎6871-2233
新千里東町3-8-1

庄内体育館
☎6331-7922
野田町4-1

豊島体育館・武道館ひびき
☎6862-5121・☎6864-2288
服部西町4-12-1・服部西町4-13-2