



催し



市立公民館

〒574-0037 新町13-30  
(総合文化センター内)  
☎ 873-35522 FAX 873-0119

①オリジナルブーメランを作って飛ばそう!

時3月21日(祝)午後1時

30分〜3時 小学生

以上 冠先着15人(小)

学生は保護者同伴要)

はさみ、えんぴつ、定規、あれば力



ラーパーン

②春休み映画劇場

「かんからさんしん」(アニメ)

時3月27日(月)午前10時〜午後1時30

分(各30分前開場) 定各30人

申全て2月7日から電話か来館

中央図書館

〒574-0037 新町13-30  
(総合文化センター内)  
☎ 873-35523 FAX 873-3610

●今月の休館日

2月2日(木)〜10日(金) (図書整理期間、第2・3月曜日)

●今月のおはなし会

2月11日(祝)午前11時：朗読花みずき

2月18日(土)午前11時：こんぺいとう

3月4日(土)午前11時：こんぺいとう

●今月の展示テーマ

一般書：児童書がオモシロイ

児童書：世界はすうじでできている

①小学生1日図書館員体験

時2月23日(祝)午前10時〜午後4時

小学生4〜6年生 冠先着3人

☎ 園エプロン、動きやすい服装で

(サンダル不可)、昼食

②だいとう民話おはなし会

時2月25日(土)午前11時 大東市の

民話を題材にしたお話し会

③大人の日常おはなし会

時2月27日(月)午後2時 市立公民

館 朗読や体操など 冠先着6人

④ハーバリウムで自分だけの

ボールペン!

時3月12日(日)午前10時〜11時30分・

午後2時30分〜4時 小学生以上

(1・2年生は親子で参加) 冠各先

着4人

⑤気功でゆったりリラックス!

おとなの健康教室

時3月18日(土)午後2時〜2時45分

市立公民館 気功の呼吸法と動

きで健康に 冠先着10人

申①③2月11日④⑤18日午前9時か

ら電話

西部図書館

〒574-0062 水野4-4-70  
(来がらり南郷内)  
☎ 873-1451 FAX 873-1461

●今月の休館日

西部図書館：2月15日(水)〜23日(祝)

(図書整理期間)、第1・2水曜日

まなび南郷：第1・3水曜日

●今月のおはなし会

2月25日(土)午前11時：朗読花みずき

2月26日(日)午前11時：西部図書館員

3月4日(土)午後2時：こんぺいとう

●今月の展示テーマ

一般書：おうちでお菓子作り

児童書：にゃんにゃんえほん

●来がらり南郷フィルムセレクションズ

バリアフリー上映会

二天使のいる図書館

時3月12日(日)午後2時 冠先着15人

☎ 聴覚障害者向け日本語字幕付

き

申開2月6日午前9時から電話

東部図書館

〒574-0015 野崎3-6-1  
(来がらり四条内)  
☎ 812-6768 FAX 876-3577

●今月の休館日

2月7日(火)〜15日(水) (図書整理期

図書館アラカルト

図書館員が選んだオススメ本



「鈴木みきの富士登山ご案内」

鈴木 みき/著 イースト・プレス

2月23日は「富士山の日」です。「富士山に一度は登ってみたい!」そう思っている人は少なくないのではないのでしょうか。富士登山ができるのは、実は夏の2か月だけってご存じでしたか。体験談を交えての知識や情報は、登山をする上で知っておいて損はないはず!はじめての富士登山にピッタリな1冊です。



「ふじさんです」丸山 誠司/作・絵 教育画劇

大昔から現代までの姿が、いきいきとユーモアたっぷりに描かれています。アクティブな富士山が、絵を描くからと頼まれて、じっとしている姿が何とも言えません。富士山の迫力が伝わる絵本です。



寺川団地前	15日(水)	午後3時15分〜4時15分
三箇小学校	16日(木)	午後3時15分〜4時15分
北条小学校	17日(金)	午後2時50分〜4時
あいの里竜間	22日(水)	午後3時30分〜3時50分
龍間公会堂	22日(水)	午後4時〜4時40分
まなび北新	23日(祝)	午後3時15分〜4時15分
諸福小学校	24日(金)	午後3時15分〜4時15分

自動図書館  
やまなみ号  
2月

※変更の場合あり

記号の見方 脚とき 脚とこ 脚内容 脚講師 脚出演 脚対象 脚定員 脚費用 脚無料 脚持ち物 脚整理券配布・チケット販売 脚その他 脚申し込み先 脚問い合わせ先 脚メールアドレス 脚メールアドレス 脚 時保育あり(原則有料) 申込券 詳細はお問い合わせください



間)、第3火曜日

●今月のおはなし会

2月18日(土)午後2時:こんぺいと  
2月25日(土)午前11時:東部図書館員  
3月4日(土)午後2時:朗読花みずき

●今月の展示テーマ

一般書:ディストピア小説のススメ  
児童書:おうちでお料理

▼らくらく\*工作

タッセルをつくらう

2月18日(土)午前9時30分 2階  
カウンター ①毛糸とヘアゴムを  
使った簡単な工作キットを配布 ②  
小学生以上 ③先着20セット ④  
⑤貸出利用券 ⑥図書館の本1冊以  
上の貸し出し要

アクロス

〒574-0036 末広町1-301  
☎869-6505 ① ② ③ ④ ⑤ ⑥  
☎870-1405

▼三好長慶公武者行列 記念展示

2月14日(火)~3月4日(土)午前9時  
~午後10時(最終日は午後5時まで)  
①三好長慶公が活躍した時代の甲冑  
や衣装をまとい、まちを練り歩く武  
者行列イベントの様子を紹介 ②  
③混雑時は入場制限あり

▼兜づくりワークショップ

2月19日(日)午後1時~3時 講大  
東・三好長慶会 定5人 ① ¥千円

(材料費) ①小学生以下は保護者同  
伴要  
②電話か来館

▼大東夕学 人生の後半戦に

+αの豊かさを

2月23日(祝)午後6時~8時 ①さ  
まざまな活動を積極的にやっている  
人や団体、受講者も含めてパネル  
ディスカッションを行い、自身や大  
東の今後について一緒に考える ②  
おおむね60歳以上の市内在住・在勤  
者 ③先着30人 ④



⑤メール、ファクス、ホー  
ムページで、NPO法人  
健康・生きがい就労ラボ  
☎0120-81-0399 ⑥ ⑦ ⑧ ⑨  
contact@lifespace

▼アクロスミニシアター

〜映画から平和を考える〜

3月21日(祝)午前10時30分・午後1  
時30分(各30分前開場) ①「絶滅収  
容所」、「消えさくらぬ傷あと 火の  
海・大阪」、「ながさきの子つま」 ②  
各36人 ③ ④「世界子ども救援  
キャンペーン写真展」を3月14日~  
22日に開催予定。詳しくは広報誌3  
月号に掲載予定

▼ネットワーク・ラボ利用者 一次募集

2月6日から電話か来館  
①少人数の定期的な打ち合わせや活  
動などに使えるブース ●利用区分

①毎週1回、固定の曜日・時間区分  
(午前、午後、夜間)のいずれか ②  
アクロス利用登録済みで、定期的な  
サークル活動の場所を必要とする市  
内・非営利の団体 ③使用条件な  
ど、詳しくはお問い合わせください

▼メールボックス利用者募集

2月22日(必着)までに、アクロス  
および市内公共施設で配布の申込用  
紙を書いて、郵送、ファクス、来館

▼文化情報センター

574-0026 住道2-3-1  
D1C21(圖アクロス)☎869-6505

①準備品などの保管、団体間の情報交  
換、団体宛ての郵便物の受け取り(私  
書箱機能)に利用できるメールボッ  
クス(鍵付きロッカー) ②アクロス  
利用登録済みで、継続した利用があ  
る団体 ③  
④2月22日(必着)までに、アクロス  
および市内公共施設で配布の申込用  
紙を書いて、郵送、ファクス、来館

⑤家族で楽しむ『ぶよぶよ』  
eスポーツ めざせ3れんさ!  
3月19日(日)  
午後2時~4  
時(30分前開  
場) ①初心  
者も気軽に楽しめるパズルゲーム  
『ぶよぶよ』の講座 ②ぶよぶよ



③乳幼児救命講習  
2月23日(祝)午後1時~4時 ①乳  
幼児の心肺蘇生法訓練など ②大東  
四條畷消防本部 警防課職員 ③小  
学4年生以上(小学3年生は相談要。  
小学生は保護者同伴要) ④先着10  
人 ⑤ ⑥ハンドタオル ⑦動きや  
すい服装で。来館は受講者のみ

①プレイヤー・やなせさん 定16人  
② ¥1人300円、ペア500  
円  
③ 2月6日から電  
話か来館でアクロス  
☎869-6505



歴史民俗資料館

〒574-0015 野崎3-6-1  
(歴史とスポーツふれあいセンター内)  
☎876-7011 ① ② ③ ④ ⑤ ⑥  
☎876-7702

▼展示関連イベント

①布ぞりをつくらう  
2月26日(日)午前10時~11時30分・  
午後2時~3時30分 ②各10人 ③  
④手作りはたきをつくらう  
3月5日(日)午前10時~11時・午後  
2時~3時 ⑤着なくなったTシャ  
ツではたきを作る ⑥各10人 ⑦  
⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿



お知らせ

催し

スポーツ

募集

健康

子育て

掲示板



市民会館

〒574・00076 曙町4・6  
☎ 871・00001 FAX 871・00004

指定管理者自主事業

①ふれあい交流会

「姿勢カイゼン体操」

■2月25日(土)午後2時〜3時 第4階大会議室 ④椅子を使ったやさしい体操 ④調整体院 スタジオfriendly ④先着40人 ④第1階事務所で配布中

②キラリ映画鑑賞会「お終活

■3月19日(日)午後2時〜4時(30分前開場) 第1階事務所で配布中 着150人 ④第1階事務所で配布中

▼女性のためのステップアップ講座

「好き」なことからビジネスを!

女性のためのプチ起業講座



■3月2日(木) 9日(休)午前10時〜正午 第303会議室

①好きなことからプチ起業を

らプチ起業を考えよう②プチ起業のために知っておきたいお金知識 ④うえだライフマネジメントオフィス 代表・植田香代子さん ④市内在住・在勤・在学者 ④各先着20人 ④1歳6か月〜就学前で定員あり(先着順)

申込人権室 ☎ 800・3255 FAX 872・

2268

▼親子手話教室

〜手話で見る絵本の世界〜

■3月5日(日)午後2時〜4時 第4階大会議室 ④手話による絵本の読み聞かせ、手話体験学習など



④奈良ろう学校教諭・吉本努さん、大東市聴力障害者協会 ④市内在住の小学生と保護者 ④先着20組程度

■2月6日〜22日に電話かファクスで障害福祉課 ☎ 870・9630 FAX 873・3838

相談

生活、人権、就労、進路選択の相談を行っています。

●北条人権文化センター(特非ほよう)

■月〜金曜日午前9時〜午後5時30分(火・金曜日は午後8時30分まで)

☎ 876・2560

●野崎人権文化センター(特非大東野崎人権協会)

■月〜金曜日午前9時〜午後6時、第1・3土曜日午前10時〜午後6時(月・金曜日の進路相談は午後8時まで)

☎ 879・8810

●ワークサポート大東(就労相談のみ)

■月〜金曜日午前10時〜午後6時 所住道2・2 大東サンメイツ2番館4階

☎ 870・5370(予約制)

北条人権文化センター

〒574・00011 北条3・10・5  
☎ 877・6066  
FAX 877・6067



▼親子あそぼう会

■2月15日(水)午前10時〜11時 ④育児相談や子どもの身体測定 ④地域保健課・北条こども園職員 ④未就学児と保護者 ④親子合わせて先着10人 ④母子健康手帳

■2月1日〜9日に電話

▼歴史探訪キッズ研修「うずら野飛行場跡周辺フィールドワーク」

■2月26日(日)午前7時30分〜午後3時30分 ④SORAかさいで戦闘機紫電改をはじめ戦争遺跡を見学 ●行き先SORAかさい、うずら野飛行場跡地(兵庫県加西市) ④小学生 ④先着15人 ¥2500円(食事・保険代含む) ④他詳しくはお問い合わせください

■2月1日〜15日までに費用を添えて来館

▼キッズルーム「チャケラ」

■毎週月曜日〜金曜日午前9時〜午後5時 ※祝日は除く ④親子同士の交流の場 ④未就学児と保護者 ④親子合わせて先着10人

▼ダンススクール

■毎週水曜日午後4時30分〜5時30分 ※祝日は除く ④フリースタイル

分 ※祝日は除く ④フリースタイル

野崎人権文化センター

〒574・00015 野崎1・24・1  
☎ 879・1551  
FAX 879・1552



▼シニア向け! 男の料理教室

■2月13日(月)午前10時〜午後1時 ④イワシの煮付け、おみそ汁 ④シニア世代の人 ④10人(予約要) ¥700円 ④エプロン、三角巾(バンドナ)、タオル

■2月18日(土)午前9時50分〜午後3時 ④サークルの舞台発表や作品の展示

▼指定管理者自主事業

①のぞき彩(フザキイロ) ■2月22日(水)午前9時30分〜午後1時・午後1時30分〜5時 ④チョコの折り込み食パン ④15歳以上

■2月22日(水)午前9時30分〜午後1時・午後1時30分〜5時 ④チョコの折り込み食パン ④15歳以上

定各9人(多数の場合は抽選) ¥800

②楽しく作ろう! なごみキッチン

■2月22日(水)午前9時30分〜午後1時・午後1時30分〜5時 ④チョコの折り込み食パン ④15歳以上

定各9人(多数の場合は抽選) ¥800



定各9人(多数の場合は抽選) ¥800



円 園エプロン、三角巾、ふきん3枚、持ち帰り用容器  
申2月10日までに来館、電話、ファクス

③なごみかふえ  
時第3火曜日午後2時〜4時 園交  
流を支える憩いの場

④「なごみ」スペース  
時第2・3・4木曜日午前9時30分〜11時30分 園お話や折り紙 園15歳以上 園(別途材料費がかかる場合あり)

いつでもぴりぴり

〒574-0001 北条1-16-16  
(北条コミュニティセンター)  
☎812・7900  
☎812・7910



子育て支援事業

①ペアピアノマクラフト教室

時2月6日(月)・20日(月)午前10時〜午後5時、9日(木)・16日(木)午前10時〜午後9時 園小川弘子さん 園費用など詳しくはお問い合わせください  
申園小川 ☎090・7341・4477

②ベビーマッサージ教室

HUGHUG

時2月21日(火)午前10時30分 園写真撮影など 園南佐幸子さん 園1か月健診後〜1歳6か月の子と保護者 園親子10組 園バスタオル 園費用など詳しくはお問い合わせください

スポーツ自主事業

①コミセンサッカー教室

Daiichifc

時2月6日〜27日の毎週月曜日午後4時30分〜5時30分 園北条グラウンド 園5歳〜小学生 園幼児コース2千円、小学生コース3200円 ※初回のみ別途保険料千円 園雨天時は体育館シューズ要 園電話か来館

②バスケットボールアカデミー

時2月7日〜28日の毎週火曜日(火)午後5時50分〜6時50分(火)午後7時〜8時 園北条体育館 園(火)小学4〜6年生(火)中学生 園体育館シューズ 園小学3年生の相談や、費用など詳しくはお問い合わせください  
申園電話で北条コミュニティセンターか、メールでオオサカシティバスケットボールアカデミー 園ocba2222@gmail.com

③気軽にエンジョイ！ニュースポーツ！

時2月15日(水)午後1時〜2時30分 園北条グラウンド 園ペタンク 園先着15人 園300円 園電話か来館

高齢者支援事業

認知症予防音楽ケア体操

時2月17日(金)午前10時〜11時 園田代マリ子さん 園各先着40人 園500円  
申北条コミュニティセンター ☎812・

7900

園田代 ☎090・9217・8673

法定電気設備年次点検に伴う

臨時休館

時2月23日(祝)

キャンパイだいとう

〒574-0012 龍間1846  
申園青少年協会(アクロス1階)  
☎874・5165  
☎886・3152



おとな・ファミリー部

民具×米作り体験《年間会員募集》

時4月〜11月 全10回(6月・11月は2回) 園キャンパイだいとうおよび周辺 園年会費…大人1万円、3歳〜中学生6千円、1・2歳千円  
申2月7日正午からホームページ

まなび北新

〒574-0008 北新町3-101  
☎876・7701

ゆったり動いて健康に！太極拳講座

時3月4日(土)午前10時30分〜正午 園普段運動をしない人に、自分のペースで楽しめる太極拳の講座 園舞華香・鶴木香代子さん(だいとう人財問屋登録者) 園高校生以上 園15人(予約要) 園500円  
申2月8日から電話かファクス

広告

お知らせ

催し

し

スポーツ

募

集

健

康

子育て

掲示板



総合福祉センター

〒574-0037 新町13-13  
☎874-872-2222  
☎874-1828



指定管理者自主事業

- ①バレンタインに贈る絵手紙体験
②聴覚障害者問題学習会
③ディスコン体験
④高齢者の健康を考える日

その他

労働契約等解説セミナー

時3月1日(水)まで ※順次開催
オンライン 「労働契約」について、基本的な事項を分かりやすく解説



精神障害・疾患を抱えながらの子育てって？

精神疾患を抱えながらの子育ては、自身の精神の不調に加えて、子育ての難しさ、周囲の理解が得られないなどさまざまな困難に直面します。必要な支援や工夫など、当事者だけでなく援助に携わる人にも参考になります。



深北緑地の催し

①深北の日(ボランティアデー)
時2月5日(日)午前10時〜11時

ケット広場の清掃予定

②フィカタックのチャレンジミツシヨン
時2月19日(日)午前10時〜11時

※全て雨天中止
園深北緑地管理事務所 ☎877-7471

JR学研都市線デジタルスタンプラリー

時2月5日(日)〜3月18日(土)
西日本公式アプリ「WESTER」を利用してJR住道駅〜JR長尾駅の各駅や沿線各市を巡り、スタンプ獲得数に応じて沿線各市ゆかりの賞品が抽選でもらえます



はじめての体験型スマートフォン講習会

時①2月6日(月)、7日(火)、9日(木)、10日(金)②8日(水)午前9時30分〜10時30分、11時〜正午、午後2時〜3時、

青少年協会の催し

3時30分〜4時30分
所①いいもりばらざ②市役所
基本的な使い方から、LINEやインターネットの使い方など ※講習ごとに異なる

③各先着7人
④他詳しくは申し込み時に確認ください
⑤園(株)Honkissスマートフォン講習会受付窓口 ☎050-3317-1545 (受付時間: 午前10時〜午後5時) ※申し込みの際に、「お問い合わせ番号: 1037」を伝えてください

大東市障害者生活支援センターの催し

①新聞紙ちぎり絵「お雛祭り」
時(金)午前10時
②靴下編み・靴下編み手芸「座布団」
時(火)午前10時、15時

③身体障害者手帳を持っている人
定各5人

④新聞紙ちぎり絵「お雛祭り」
時(金)午前10時
⑤新聞紙ちぎり絵(アートちぎり絵)
定各20円

⑥靴下編み・靴下編み手芸「座布団」
時(火)午前10時、15時

日(水)午前10時・午後2時、17日(金)⑧  
 肢体：午前10時③聴覚：午後2時  
 ④A⑧靴下編み③靴下編み手芸 ⑩  
 ③ポッチャ&ダーツ  
 ④ものづくり(肢体)・ハンドメイド  
 (聴覚)  
 ④2月24日(金)午前10時 ⑩お雛祭り  
 パステルアート ⑩各200円  
 ④所申間全て先着予約で大東市障害者  
 生活支援センター ☎806・13331  
 FAX 806・13333 ④daitouseikatsu  
 siem@sunny.ocn.ne.jp

フロムアースキッズの催し

①ボードゲーム部・  
 プログラミング部体験会  
 ④2月11日(祝)・19日(日)午前10時〜正  
 午 ④論理的思考・語彙力・コミュ  
 ニケーション力・立体的認識力などを  
 養う ④学年長〜中学生 ④定各5人  
 ④ママカフェ  
 ④2月11日(祝)・19日(日)午後1時〜3  
 時 ④お茶を飲みながら、子育てや  
 教育についてフリートーク ④定各10  
 人 ④  
 ④ここにダンススタジオ  
 ④毎週月曜日午後6時30分〜7時30  
 分 ④学年長〜小学生 ④月4千円  
 ④申間全て吉田 ☎090・6849・74  
 37

健康講座 体を「直す」健康体操

④2月14日(火)・28日(火)午後1時30分  
 ④〜2時45分 ④一畳分の場所のでき  
 る、筋力バランス・姿勢・日常の動  
 作などを「直す」体操 ④健康運動  
 指導士・新家浩二さん ④60歳以上  
 の市民 ④各先着20人 ④⑩④タオ  
 ル  
 ④所申間2月1日〜10日に電話か来館  
 で諸福老人福祉センター ☎871・27  
 71

シニア向け！  
 今さら聞けないスマホ講座

④2月16日(木)午前10時30分〜11時30  
 分・午後1時〜2時 ④大東夢づく  
 りコミュニティ(住道1・6・15)  
 ④便利なLINEの使い方 ④定各10  
 人(予約要) ④500円  
 ④申生活サポートセンター ☎812・65  
 71 ④info@sumaisc.com  
 ④高齢支援グループ ☎870・0472

大東のええとこ「やまびこ」が案内します  
 多くの旅人が歩いた古堤街道の山越え  
 「龍伝説の山里」 龍間を訪ねて

④2月23日(祝)午前8時45分〜午後3  
 時 ※雨天中止 ●集合場所 ④JR  
 住道駅北口デッキ ●予定コース ④  
 バスで龍間〜龍間不動尊〜龍間神社  
 ④龍眼寺(昼食)〜称迎寺〜龍光寺

跡(学校道) ④  
 堂山古墳群〜JR  
 野崎駅 ④先着30  
 人 ④300円(別途  
 バス代要) ④昼  
 食、やまびこポイ  
 ントカード ④他当日連絡はやまび  
 こ・高橋 ☎090・2111・8428  
 ④申間2月22日正午まで  
 に電話か申込フォーム  
 で都市魅力観光課 ☎  
 870・0442



大東市医療的ケア児等家族交流会

④3月7日(火)午前10時30分〜午後0  
 時30分 ④所市役所 ④情報交換・交  
 流会 ④市内在住の医療  
 的ケア児(者)や家族 ④  
 オンライン参加可  
 ④申間大東市障害者生活支援センタ  
 ④ごくでん ☎803・8536 FAX 803・  
 8537  
 ④主催 ④大東市医療的ケア児等支援連  
 ④絡協議会



勇気の1歩から救命の1歩へ  
 普通救命講習

④3月12日(日)午前9時30  
 分〜午後0時30分 ④所大  
 東消防署 ④AEDを使



用した心肺蘇生法 ④大  
 東・四條畷市内在住・在  
 勤・在学者(中学生以上)  
 ④先着24人 ④他申し込みが7人  
 に満たなければ中止  
 ④申間開催日10日前までに電話で消防  
 本部警防課 ☎875・0249



市民体育館

〒574・0014 寺川1・20・20

スポーツ



指定管理者自主事業

①からだイキキ太極拳  
 ④毎週月曜日午前10時〜11時 ④  
 ゆっくり呼吸をしながら体を動かす  
 ことで、筋力や体力、バランス感覚  
 をアップ ④武隈美栄子さん ④20  
 人 ④5300円(計10回)  
 ②Jr.ダンス  
 ④毎週月曜日④午後4時30分〜5時  
 20分④午後5時30分〜6時20分、毎  
 週水曜日④午後4時40分〜5時30  
 分、毎週金曜日④午後4時40分〜5  
 時30分④午後5時40分〜6時30分  
 ④基礎練習から始め、自分らしさを  
 表現する ④關山口久美子さん ④④  
 ④④4歳〜小学生初級者④④小学生  
 中級者〜中学生 ④④④各20人④  
 ④各25人 ④4千円(計10回)

お知らせ

催し

し

スポーツ

募

集

健康

子育て

掲示板



市民体育館の催しの続き

③リズムダイエット

時④毎週水曜日午後1時〜1時50分  
時⑤毎週木曜日午後2時15分〜3時15分  
⑥音楽に合わせて身体を動かすことで、脳を活性化させ、心も身体もスッキリ ⑦木村陽子さん⑧巴昌子さん 定⑨20人⑩25人 ⑪各4千円(計10回)

④癒やしのリラククスストレッチ

時毎週木曜日午後1時〜2時 ⑥癒しの音楽に合わせて呼吸をし、全身をリラククス ⑦巴昌子さん 定先着25人 ⑧4千円(計10回)  
※全て無料体験あり。大東GTGホームページ

参照

甲冑市民体育館 ☎871・3201

卓球講習会

時3月2日(木)・16日(木)午後6時〜9時 ⑥技術指導 ⑦小学生以上(小学生は保護者同伴要) ⑧大人300円、中学生100円、小学生無料



主催 ㈱体育協会卓球連盟  
〒873・4783

卓球混成チーム大会

時3月21日(祝)午前9時〜午後6時  
⑥団体戦(男子シングルス、女子シ

ングルス、混合ダブルス、女子シングルス、男子シングルス) ⑦オンライン ⑧1チーム4千円  
甲冑2月28日までに柴田 ☎873・4783

市立テニスコート

〒574・0074 谷川2・9

ソフトテニス講習会

時2月4日(土)午後1時〜5時、19日(日)・3月5日(日)午前9時〜午後1時(参加時間自由) ⑥技術指導 ⑦市内在住・在勤・在学者 ⑧一般300円、学生200円、小学生無料 ⑨ラケット貸し出しあり



甲冑守屋 ☎871・5820  
主催 ㈱大東市ソフトテニス連盟

個人開放

定多数の場合は抽選 ⑧各回1人300円  
甲市立テニスコート(当日受付)  
甲冑市民体育館 ☎871・3201

主催 ㈱(財)大坂スポーツみどり財団

2月	午後1時〜3時	午後3時〜5時	午後5時〜7時
6日・20日	C	C	B・C
13日	B	B・C	B・C
27日	B・C	B・C	B・C

※全て月曜日 ※B=Bコート、C=Cコート

歴史とスポーツふれあいセンター

〒574・0015 野崎3・6・1  
(来ふらり四条内)  
☎876・7011 ⑧876・7702

室内スポーツ盛合せ

時2月4日(土)・19日(日)午後3時30分〜5時30分 ⑥バドミントン、卓球、ドッジボール、バスケ(シユートのみ) ⑦小学生以上(小学生は保護者同伴要) ⑧各先着15人 ⑨中学生以上各500円、小学生各300円 ⑩室内靴 ⑪各道具貸し出しあり

サッカー

時①2月5日(日)、18日(土)、25日(土)午後6時30分〜8時②2月11日(祝)午後6時30分〜8時30分 ③フットサル④女性、子ども限定フットサル⑤7人制サッカー ⑥①③中学生以上②小学3年生以上 ⑦①②各先着40人③先着28人 ⑧①③各500円②各300円(初回参加無料) ⑨1人でも参加可

グラウンド・ゴルフ

時2月9日(木)・16日(木)午後1時〜3時 ⑦中学生以上 ⑧各100円 ⑨1人でも参加可

チャレンジバスケットボール

時2月12日(日)午後3時30分〜5時30分 ⑥体育の授業感覚・運動不足解消 ⑦w a i w a i 40代表・矢追貴行さん ⑧25歳以上(初心者、長期ブランクがある人) ⑨先

着20人 ⑩500円 ⑪室内靴

中学生限定チーム参加

バスケットボール  
時2月26日(日)午後3時30分〜5時30分 ⑥チーム対抗ゲーム形式 ⑦中学生 ⑧先着4チーム(1チーム5〜8人程度。男女比自由) ⑨1チーム2千円 ⑩室内靴 ⑪キャンセルは1週間前まで  
甲冑市民体育館 ☎871・3201

その他

地域ファミリースポーツ中央大会

簡単なルールで、初心者も参加できるスポーツ大会です。1チーム3〜4人で行いますが、1人でも参加できます。

時3月5日(日)午前9時30分〜正午(30分前受付) ⑦市民体育館 ⑧カーリングの床上版「カローリング」。ボールを投げ、目標球にどれだけ近づけるかを競う「ポッチャ」。穴に向かってボールを転がし得点を競う「ボールdeビンゴ」 ⑨市内在住・在勤・在学者(小学4年生以下は保護者同伴要) ⑩体育館シューズ  
甲冑スポーツ振興課 ☎870・9106

記号の見方 ①とき ②ところ ③内容 ④講師 ⑤出演 ⑥対象 ⑦定員 ⑧費用 ⑨無料 ⑩持ち物 ⑪整理券配布・チケット販売 ⑫その他 ⑬申し込み先 ⑭問い合わせ先 ⑮メールアドレス ⑯メールアドレス ⑰時保育あり(原則有料、申込要。詳細はお問い合わせください)



# トマッピーの食育レシピ

【減塩】



## 野菜の中華風ヨーグルトあえ

### 材料(大人2人分)

- にんじん:1/2本(40g)
- グリーンアスパラガス:6本(120g)
- オイスターソース:小さじ1
- プレーンヨーグルト:1/2カップ
- ① 白すりごま:小さじ2
- 砂糖:小さじ1
- カレー粉:少々(2g)

### 作り方

- ①にんじんはマッチ棒くらいの大きさに切る。
- ②にんじんとグリーンアスパラガスをさつとゆでて水気を切る。グリーンアスパラガスは食べやすい長さに切り、縦に2〜4分割にする。
- ③ボウルに入れ、混ぜ合わせた①とあえる。



撮影協力:大東市食生活改善推進協議会

1人前:エネルギー63kcal、たんぱく質2.9g、脂質2.5g、炭水化物6.0g、食塩相当量0.4g

### 食生活改善推進員より

ヨーグルトにオイスターソースやカレー粉を混ぜるのは初めてでしたが、うま味調和しておいしい!いろいろな料理のソースに活用できそうです。

## 《食育コラム》地域農業の振興と共生をめざして

昨年11月に農業祭および農産物品評会が3年ぶりに開催されました。農家の皆さんとの交流を通じて、農業への理解を深めるきっかけになりました。

関地域保健課 ☎ 874・9500

## 大阪府障がい者スポーツ大会 参加選手募集

●競技種目 陸上、水泳、アーチェリー、ボウリング、フライングディスク、卓球、サウンドテーブルテニス、ボッチャ ●参加資格 4月1日時点で13歳以上の市内在住または市内施設に入所している身体障害者、知的障害者、精神障害者(卓球のみ)

●他競技日・会場など詳しくはお問い合わせください  
甲関 2月7日〜3月10日(必着)に参加申込書を持参加郵送で障害福祉課  
☎ 870・9630 ㊚ 873・3838  
主催 大阪府

## FC・OXALA 大東サッカースクール

毎週月・金曜日午後4時30分〜8時

## 募集



時 隔 フロムアースキッズ 函小・中学生 函レッスン体験は随時受付  
甲関 090・1356・1715

## 農業委員会委員

●主な職務 農地転用、農地の無断転用の防止・解消などの農地法等の規定に基づく農業委員会の権限に属する事項や農地利用の集積・集約化、耕作放棄地の防止などの農地の利用の最適化に関する事項についての審議など 函農業に関する識見を有し、農業委員会の職務を適切に行うことができる人 ●募集定員 18人 ●任期 7月20日から3年間  
甲関 申込用紙(農業委員会事務局・ホームページで配布)に必要事項を書いて、2月1日〜28日に郵送(消印有効)か持参で農業委員会事務局 ☎ 870・9620

## パブリックコメント

パブリックコメント制度に基づき、次の計画について皆さんの意見を募集します。

### 飯盛霊園組合斎場建替計画(案)

飯盛霊園組合では現斎場の老朽化などに伴う同敷地内での新斎場建て

替えにあたり、飯盛霊園組合斎場建替計画(案)を策定しました。

●受付期間 2月6日まで 函提出方法など詳しくはお問い合わせください

甲関 飯盛霊園組合 ☎ 0743・78・1195

## 大東市立地適正化計画改訂(案)

市では、利便性の高い効率的な都市構造の実現に向け、平成30年1月に大東市立地適正化計画を策定し、運用を行ってきました。関連計画の改訂や施策の進捗を踏まえ評価検証を行い誘導区域などの見直し、新たに策定が義務付けられた防災指針を加えて計画を改訂します。

函市内在住・在勤・在学者、市内に事務所または事業所を有する個人や法人その他の団体 ●資料閲覧 市民情報コーナー、都市政策課、ホームページ

甲関 2月8日〜22日(消印有効)に住所、氏名、意見を書いて郵送、ファクス、メールで都市政策課 ☎ 870・0483 ㊚ 874・8799 ㊚ juto@city.daito.jp



### 会計年度任用職員登録者

市内の保育所(園)、認定子ども園、子ども発達支援センターで働く保育士・看護師・調理員の登録を募集しています(常勤・土曜日・延長保育)。詳しくはお問い合わせください。  
 園保育幼稚園グループ ☎870・0474

### 放課後児童クラブ支援員・補助員・アルバイト

職種	時間給
①パート支援員	有資格 1280円
②支援員補助員	無資格 1180円
③アルバイト支援員	有資格 1080円 無資格 1050円

●面接・採用は随時 他詳細・申込書は放課後児童クラブホームページに掲載  
 ※①②社会保険あり

☎大東市社会福祉協議会 ☎886・3280

### 登録手話通訳者

因聴覚障害者の医療や生活場面での手話通訳 因聴覚障害者に対する理解があり、手話で意思疎通できる人  
 ●選考日 3月3日(金)、手話通訳の技術力により選考

申込 2月15日までに障害福祉課 ☎870・9630

### 大阪府手話通訳者養成講座受講者

手話が必要とする聴覚障害者のコミュニケーション手段を確保するため、手話通訳活動を行う「手話通訳者」の養成講座受講者を募集します。  
 開5月ごろ～来年3月ごろ (35回程度) 所大阪狭山市、箕面市、大阪市東成区(昼、夜各2クラス) 定各会場10人程度(受講判定試験あり) ☎(テキスト代は実費)

申込 3月24日(必着)までに府ホームページまたは受講申込書に必要事項を記入し郵送で ☎537・0025 大阪市東成区中道1・3・59(公社)大阪聴力障害者協会 ☎06・6748・0380



### 働く世代からのフレイル予防「フレイル」って何なん?

2月1日は「フレイルの日」。「フレイル」とは年齢とともに体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態をいいます。最近ではコロナ禍のテレワークなどで、おうち時間が増えたことも影

響し、高齢者だけではなく働く世代にも見られます。バランスよく食べ、楽しく運動、

と一緒に予防しましょう。



府作成動画

### 風しん抗体検査・予防接種を受けましょう

クーポン券を使って、無料で受けることができます。

開昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性 ☎クーポン券・健康保険証など 他対象者でクーポン券が届いていない人はお問い合わせください。新型コロナワクチンとは2週間の間隔を空ける必要があります  
 園地域保健課 ☎874・9500

### 麻しん・風しん予防接種は受けましたか?

期間を過ぎると有料(任意接種では約1万円)になりますのでご注意ください。実施医療機関は、健康力レンドーまたはホームページをご覧ください。

※対象期間終了間近の接種になると、ワクチンの供給不足やお子さんの体調不良などにより、無料で

接種できなくなる可能性があります。早めの接種をおすすめします。新型コロナウイルスとは2週間の間隔を空ける必要があります

対象者	回数
1期 1～2歳未満(2歳の誕生日前日まで) 平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれの人 ※3月31日までに受けてください	1回接種
2期	1回接種

☎ 園親子(母子)健康手帳、健康保険証、ご自宅医療証  
 園地域保健課 ☎874・9500



### 愛の献血

開①2月8日(水)②25日(土)午前10時～正午、午後1時～4時30分(②は4時まで) 所①市役所②オパパーク 他400mlのみ



主催 ①大東市献血推進協議会②東大阪大東阪ライオンズクラブ

記号の見方 園とき 園ところ 園内容 園講師 園出演 園対象 園定員 園費用 園無料 園持ち物 園整理券配布・チケット販売 園その他 園申し込み先 園問い合わせ先 園メールアドレス 園時保育あり(原則有料、申込要、詳細はお問い合わせください)