

公 民 館

新橋町34-24
☎06(6908)9114 **休館** 月曜日

公民館だれでもクッキング 春の和菓子作り

とき 4月20日(日)
午前10時～午後0時30分
講師 川裏洋子
対象 高校生以上
※同伴は4歳～中学生で2人まで可
費用 1200円(材料費込)
申込方法
4月1日(火)午前10時～10日(木)午後2時に公民館ホームページから申し込みまたは電話
※申込多数の場合は抽選



申し込みはこちら



テコンドー教室 交流試合観覧・無料体験会

とき・対象
5月11日(日)
○交流試合…午前10時～午後5時、どなたでも
○無料体験…午後1時～2時、4歳～小学生
※事前申込不要。無料体験会参加希望者は午後1時までに来場
費用 無料



市民公益活動支援センター

北島546(市民プラザ3階)
☎072(800)7431 **休館** 木曜日

ソーシャルビジネスプラン コンペin門真 受賞団体を決定

グランプリ
○門真からワクワクNo.1教育を目指して…山本航平(NPO法人Discovery School)
準グランプリ
○子どもの学力向上と居場所づくり 夜食食堂の運営について…

本田貴裕(スマイルハート) 特別賞
○映画「弁当の日」上映会…小野昌之(HappyKidsいただきます実行委員会)
○「広めよう、子どもの権利条約」事業…藤田由紀子(あわてんぼうワンちゃんとゆっくりカタツムリさんの会ステップ・ステップ)

総 合 体 育 館

中町11-70
☎06(6115)5166

コース型スポーツ教室

バスケットボールやフラダンス、健康体操など子どもから大人まで楽しめます。
※詳しくは問い合わせ
※1人1教室880円で体験可。要予約

○年長～小学3年生…午後4時30分～5時30分
費用 6600円(月3回)
※1回880円で体験可
申込方法
前日までに電話または来館

インボディ測定会

高精度体組成計で体脂肪や筋肉量を測定します。
※妊婦とペースメーカーを利用する人は測定不可
とき 4月13日(日)～27日(日)
費用 100円

総合型キッズスポーツ教室 参加者を募集

とき・対象 水曜日
○年少・年中…午後3時30分～4時30分

仲間と楽しもう

チャレンジフィットネス体験

筋力、体力、友達づくりをしませんか。初心者大歓迎です。
活動日時・内容
①ノルディックウォーキング…火曜日午前10時～11時30分(月3回)
②ヨガ…木曜日午後2時30分～3時30分
③健康体操…火曜日午後2時30分～4時
活動場所
①弁天池公園
②③スタジオBLACK DUCKS(上島町5-30)
対象 55歳以上
費用 1回1500円
※体験後入会する場合は返金。ボール無料貸し出しあり
申込方法
前日午後5時までに電話
申込・問合せ
ボディ・アライアンス・西村
☎090(8820)8289

東和薬品RACTABドーム スポーツ・文化教室

トランポリン、キッズダンス、キッズチア、バスケットボール、親子、子ども体操、絵手紙などがあります。
活動場所
東和薬品RACTABドーム
申込方法
電話または来館
※詳しくは東和薬品RACTABドームホームページ参照または問い合わせ
申込・問合せ
東和薬品RACTABドーム
☎072(881)3715

太極拳サークル 仲間

門真名物10円太極拳です。早朝活動で一日元気に過ごしましょう。
活動日時 毎日
午前6時30分～7時30分
※事前申込不要
活動場所 北打越公園
費用 1回10円(電池代)
問合せ 田中
☎080(5706)6071

ゴスペル JOYBELL-KADOMA

ゴスペルを一緒に楽しく歌いましょう。初心者大歓迎。
活動日時・内容
○第1・第3金曜日…通常練習
○第2金曜日…自主練習
※時間は午後7時30分～9時30分
活動場所
保健福祉センター、ルミエールホール
費用
月会費5000円
◆ゴスペルワークショップ
とき 4月18日(金)、5月16日(金)
※時間は午後7時30分～8時30分
ところ
ルミエールホール
費用 無料
◆共通
申込方法 メール
申込・問合せ
JOYBELL-KADOMA
✉joybellkadoma@gmail.com

前結び着付けサークル

自宅でひとりで着物が着られるよう、楽で崩れない着方と帯結びの稽古をします。
活動日時・場所
○水曜日…市民プラザ
○金曜日…ルミエールホール
※時間は午前10時から
対象 女性
費用
3000円(全6回)
申込方法 電話
申込・問合せ 松尾
☎080(9751)0790

スマイルキャンサーエイド 茶話会 仲間がいるよ

1人でも安心して参加できます。わかりあえる仲間と出会い笑顔になれる会です。
活動日時
第4火曜日
午後2時～4時
※事前申込不要
活動場所
保健福祉センター
対象
患者、家族、遺族
費用 無料
問合せ 門真市がん患者会
✉kadomacan@gmail.com

断酒会

お酒の問題で悩み苦しんでいる人やその家族など誰でも参加できます。
活動日時
○第2・第4土曜日…市立公民館
○第3土曜日…市民プラザ
※時間は午後7時～8時。日時を変更する場合あり。事前申込不要
費用 入会金500円
月会費1500円
問合せ 坂本
☎090(9714)6700

断酒会家族会

お酒の問題で困っている人の家族の集いです。
活動日時 第3月曜日
午後1時～4時
※事前申込不要
活動場所 市民プラザ
費用 無料
問合せ 中村
☎080(3812)2030

マインドエアロビクス教室

障がいのある人の余暇活動のひとつです。楽しく日頃の運動不足の解消をはかりましょう。
活動日時
第1・第3土曜日
午前10時30分～11時30分
※変更する場合あり
活動場所 門真小学校体育館
対象 障がいのある人とその家族や支援者
費用
門真市手をつなぐ育成会会員
1家族1回100円
会員外1家族1回500円
申込方法 電話
※体験あり
申込・問合せ
門真市手をつなぐ育成会・東野
☎090(9278)9238

碁楽会

仲間づくりや棋力の向上をめざします。初心者大歓迎です。
活動日時 毎週金曜日
午後1時～5時
活動場所
市立公民館
費用 入会金1000円
年会費3000円
申込方法
電話、FAXまたは直接
申込・問合せ 碁楽会
☎090(8650)1594
FAX072(884)2326

筆ペン同好会

筆ペンとボールペンが同時に学べます。
活動日時 第2・第4水曜日
午前10時30分～正午、午後1時30分～3時
活動場所
ルミエールホール
対象 18歳以上
費用
月会費2400円
申込方法 電話
申込・問合せ 岡本
☎090(5066)9644

大人のボイストレーニング

ストローや風船を使った共鳴の練習や歌を歌います。
活動日時
第1・第3金曜日午前10時45分から、第2・第4水曜日午後3時45分から
活動場所
市民プラザ
対象 18歳以上
費用 入会金1000円
月会費3300円
申込方法 電話
申込・問合せ
サンフレッシュ・宮本
☎090(7962)4725

