



育フェスカどま2024春 子育てまるっとマルシェ

ハイハイレースやキッズメイク、消防車との写真撮影、親子ヨガのほか育児相談もできます。
とき 4月7日(日)
午前10時～午後3時
※事前申込不要
ところ 光亜興産ビル(末広町43-1)
対象 未就学児とその家族
費用 無料
※ブース体験は500円
問合せ 育フェスカどま2024・森田 ☎080(5331)3053

ホウ酸団子作り

ご家庭で大活躍のホウ酸団子を作りませんか。
とき 4月15日(月)
午前10時30分～午後0時30分
ところ シルバー人材センター
対象 市在住・在勤の人
費用 350円
申込方法 4月1日(月)から電話申込・問合せ
シルバー人材センター ☎06(6905)5911

花あそび～花奏

チャイルドカウンセラーによる相談とフラワーセラピーです。
とき 4月17日(水)
午前11時～午後3時
ところ 保健福祉センター
対象 子どもに関わりのある人

費用 無料
申込方法 電話
申込・問合せ 花あそび～花奏 ☎090(8168)1472

第3回定期演奏会 Spring Concert

踊り出したくなるような楽しい音楽をお届けします。
とき 4月27日(土)午後3時から、4月29日(日)午後2時から
※開場はいずれも開演30分前。事前申込不要
ところ 大阪国際大学奥田メモリアルホール(守口市藤田町6-21-57)
費用 無料
問合せ 大阪国際中学校高等学校吹奏楽部 ☎06(6992)5931

バドミントン教室 4～7月開催

経験者も初心者も基礎からの講習とゲームで気軽にバドミントンを楽しみませんか。
とき 4月27日(土)、5月25日(土)、6月22日(土)、7月27日(土)
※時間は午後1時～4時
※事前申込不要。1回だけの参加可
ところ 市民プラザ体育館
対象 中学生以上
※小学4～6年生は保護者とペアで参加可
費用 中学生・高校生100円 一般500円
※小学生は無料
問合せ 門真市バドミントン連盟・宮島 ☎072(885)1955

わいわい子ども食堂

昼食をみんなで食べましょう。読み聞かせや木製おもちゃなどの遊びコーナーもあります。
とき 4月28日(日)
午前11時30分～午後1時30分
※事前申込不要。先着50食
ところ ギャラリーカフェアラキ(千石東町2-49)
対象 高校3年生以下
※保護者同伴可。アレルギー食非対応
費用 無料
※同伴する保護者は1食300円
問合せ 門真子どもを守る市民の会・山中 ☎090(5880)1836

弁天池公園スプリングカーニバル

春の1日を弁天池公園で楽しみませんか。出演や出店したい人はお問い合わせください。
とき 4月29日(祝)
午前10時～午後3時
※開催時間は変更の場合あり
ところ 弁天池公園
※駐車場はなし
費用 無料
問合せ 弁天池公園イベント実行委員会事務局 ☎06(6905)5911

第9回フードライブ

提供された食材や日用品を「もったいない」から「ありがとう」につながる人に無償配布します。
とき 5月12日(日)
午前11時～午後1時

ところ みんなのひろば(アラキ)(千石東町2-49)
◆家庭の食料品などの寄附にご協力ください
受付期間・受付場所・提供方法
○直接持参…5月10日(金)・11日(土) 午前10時～午後2時、みんなのひろば(アラキ)
○引き取り希望…電話
問合せ けいはん医療生活協同組合・黒井 ☎070(6802)9613

チャレンジ フィットネス体験

身体全体を使って心身ともにリフレッシュしましょう。初心者歓迎。
とき・内容 5月31日(金)まで
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、水曜日午前10時30分～正午
活動場所 ①弁天池公園 ②③スタジオBLACK DUCKS(上島町5-30)
対象 18歳以上の人
費用 1回1500円
※①はポールレンタル無料
※参加後入会の場合は返金
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 ☎090(8820)8289



東和薬品RACTABドーム スポーツ・文化教室

卓球、トランポリン、バスケットボール、キッズダンスや絵手紙親子教室など多彩な教室が20種類以上あります。
活動場所 東和薬品RACTABドーム
申込方法 電話または直接
※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

スマイルキッズ バトントワリング

踊ることが大好きなみんなと一緒に楽しくバトン始めてみませんか。
活動日時 水曜日 午後6時～7時
※午後5時30分から自主練習
活動場所 速見小学校、総合体育館
対象 4歳～小学生
費用 入会金1500円 月会費3000円
※未就学児は月会費2500円
申込方法 電話またはメール
※無料見学・体験あり
申込・問合せ スマイルキッズ ☎080(6142)0158 ☒kflap.baton.friends3@gmail.com

ダンスサークル チェリー

社交ダンスに興味のある人、上達したい人、プロ講師の指導と一緒に楽しくレッスンしませんか。

活動日時 土曜日 午後7時～8時30分
※午後6時から自由レッスン可
活動場所 市立公民館
対象 20歳以上の人
費用 月会費3000円
申込方法 電話または直接
申込・問合せ 市立公民館 ☎06(6908)9114

ソフトボール レッドガールズ

体を動かすことが大好きな子、一緒に楽しくソフトボールを始めませんか。
活動日時・活動場所
○土曜日、祝日午前9時から…寝屋川市立西小学校
○日曜日午前9時から…寝屋川市立木田小学校
対象 小学生
費用 月会費2000円
申込方法 電話またはメール
申込・問合せ レッドガールズ・中嶋 ☎090(5640)3435 ☒redgirls.neyagawa@gmail.com

はつらつヨーガ

健康な心と体をつくるため、ヨガをはじめてみませんか。
活動日時 土曜日(月4回) 午前10時～正午
活動場所 市立公民館、中塚荘、総合体育館
対象 市在住の人
費用 入会金1000円 月会費3000円
※見学・無料体験あり
申込方法 電話
申込・問合せ 市立公民館 ☎06(6908)9114

ピアノ&ボイストレーニング

運動と発声、歌唱を中心に練習します。
活動日時 第1・第3金曜日午前11時から、第2・第4水曜日午後3時50分から
活動場所 市民プラザ
対象 20歳以上の人
費用 入会金1000円 月会費3300円(月2回)
申込方法 電話
申込・問合せ サンフレッシュ・宮本 ☎090(7962)4725

前結び着付けサークル

自宅でひとり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～11時30分
対象 女性
費用 1回500円(全6回)
申込方法 電話
申込・問合せ 松尾 ☎080(9751)0790

マインドエアロビクス教室

障がいのある人が楽しめるエアロビクスです。日頃のストレスや運動不足を解消しましょう。
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。初心者歓迎。
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

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 午後7時～8時
※日時は変更する場合あり
※事前申込不要
活動場所 市立公民館
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