

10・11月

自動車文庫

図書館本館 (☎422-2142)

ステーション	日時	ステーション	日時
東ヶ丘町	10/3(土)、11/7(土) 14:00~15:00	修斉	10/6(火)、11/10(火) 14:30~16:15
上松台西	10/4(日)、11/8(日) 9:45~10:30	河合町	10/8(木)、11/12(木) 14:30~16:00
上松台東	10/4(日)、11/8(日) 11:00~11:45	岡山町 黄金塚	10/17(土)、11/15(日) 11:00~11:45
内畑町	10/1(木)、11/5(木) 14:30~16:00	尾生町	10/15(木)、11/19(木) 14:30~16:00
下池田町東	10/17(土)、11/14(土) 15:30~16:15	若葉ヶ丘町	10/24(土)、11/28(土) 15:30~16:15
星和上松台	10/18(日)、11/22(日) 9:45~10:30	天神山町	10/25(日)、11/29(日) 10:00~11:00
葛城町	10/18(日)、11/22(日) 11:00~11:45	稲葉町	10/22(木)、11/26(木) 14:30~16:00

※ 市民病院ステーションは新型コロナウイルス感染拡大防止のため、しばらくの間休止します。

障害者就職「模擬」面接会

参加者それぞれに合わせた面接のコツを専門家から学べま

596-8510 ☎423-9621へ



健康・福祉

ゆったりチェアヨガ

椅子に座ってするヨガ、マットの上でするヨガの両方を行います。日時/10月24日(土) 午前10時半~正午 場所/山直市民センター(三田町) 講師/多賀井美紀氏(ヨガインストラクター) 定員/30人(申

介護職員初任者(旧ホームヘルパー2級)研修

対象/現在失業中かつ求職中で、介護福祉施設などで就労希望の全日程受講可能な市内在住者 日程/11月18日(水)~12月22日(火)の平日(全24回) 時間/午前9時~午後6時(時間変動あり) 場所/岡本介護センター(春木(春木若松町) 費用/1万円(テキスト代ほか) 定員/10人(抽選) 申込/問合/10月5日(月)~26日(月)(必着)までに往復はがき(講座名、〒住所、氏名、ふりがな、年齢、性別、日中連絡可能な電話番号、受講理由を記入)で産業政策課労働政策担当(〒596-8510 ☎423-9621)へ



資格・技能・ビジネス

す。対象/①本市の障害福祉サービスを利用し、就職を目指している人②障害福祉サービスを利用していないが、障害があり、就職を目指す市内在住者 日時/11月18日(水)午後2時~4時 場所/福祉総合センター(野田町1丁目) 定員/16人(抽選) 申込/問合/申込書(市ホームページからダウンロード可)に必要な事項を記入し、10月29日(木)までに郵送またはファクスで産業政策課労働政策担当(〒596-8510 ☎423-9621)へ



スポーツ

市民スポーツ大会

● クレー射撃:対象/市内在住・在勤・在学の銃所持許

入込先着順) 申込/問合/10月8日(木)から電話で山直市民センター(☎441-1451)へ

高血圧改善教室

高血圧よ、さようなら!

対象/市内在住で小学生の子を持つ母親 日時/10月30日(金)午前10時~正午 場所/東岸和田市民センター(土生町4丁目) リハーブ4階 講師/ピラティス専任講師 定員/10人(申込先着順) 申込/問合/10月7日(水)午前10時から電話で東岸和田市民センター(☎428-6711)へ

はぐくみ家庭教育学級公開講座「ピラティスで身体を整えよう」

対象/市内在住で小学生の子を持つ母親 日時/10月30日(金)午前10時~正午 場所/東岸和田市民センター(土生町4丁目) リハーブ4階 講師/ピラティス専任講師 定員/10人(申込先着順) 申込/問合/10月7日(水)午前10時から電話で東岸和田市民センター(☎428-6711)へ

岸和田歴史再発見!ライフ・チャレンジ・ザ・ウォーク

ゲームや岸和田の歴史クイズなどを行うチェックポイントを巡るウォークラリーに参加しませんか(1人でも参加可。他の参加者と同グループになります)。日時/11月3日(祝) 午前9時半~正午(雨天時は8日(日)) 集合場所/蜻蛉池公園流れの広場(三ヶ山町) 申込/問合/11月2日(月)までに電話でスポーツ振興課(☎447-7072)へ

市民スポーツカーニバルを中止します

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、毎年11月3日(祝)にまなび中央公園スポーツ広場にて開催している市民スポーツカーニバルを中止します。皆さんのご理解をお願いします。問合/スポーツ振興課(☎447-7072)

体育館のスポーツ教室

申込・問合 総合体育館(西之内町 ☎441-9200 ㊚441-9204)、中央体育館(作才町1丁目 ☎422-0326)、臨海会館(地蔵浜町〈浜工業公園内〉 ☎436-0300)

総合体育館主催の各教室

詳しくはお問い合わせください。申込 前日までに電話で総合体育館へ。★のみファクスでも申し込みます。

教室名	対象	日時	場所	費用
卓球教室(申込先着30人)	一般	10/8(木)・15(木)・22(木) ①9:00~10:30(中級) ②10:40~12:10(初級) ③13:00~14:30(中級)	総合体育館	体験1回のみ無料
シュライカー大阪フットサルスクール(申込先着20人)	①小学生低学年 ②小学生高学年	10/6(火)・13(火)・20(火)・27(火) ①17:20~18:20 ②18:30~19:50	総合体育館	体験1回のみ無料
健康テニス	一般	10/5(月)10:00~11:00	野田テニスコート	1,000円
ノルディックウォーキング	一般	10/7(水)・14(水) 10:00~11:00	ときわ公園	各500円
健康維持ストレッチ	一般	10/12(月)10:00~11:00	天神山キリン公園	無料
		10/13(火)10:00~11:00	東ヶ丘第一公園	
		10/16(金)10:00~11:00	土生公園	
陸上教室 短距離	小学生	10/17(土)・24(土) 9:30~10:30	まなび中央公園	各1,200円
はらっぱ教室	小学1~3年生	10/24(土)10:00~11:00	ときわ公園	500円
おそとでヨガ	一般	10/25(日)10:00~11:00	二の丸広場	500円
高齢者のためのストレッチ	一般	10/26(月)10:00~11:00	牛之口公園	無料
手話でゆったりヨガ★	聴覚に障害のある人	10/24(土)9:30~10:30	総合体育館	無料

中央体育館 ハロウィンフェスタ

仮装して参加すると、プレゼント抽選会に参加できます。詳しくはお問い合わせください。日程 10月11日(日) 費用 各800円 ※ ①②両方申し込みの場合は1,400円 定員 各80人(申込先着順) 申込 費用を持参し、直接、中央体育館か総合体育館へ。

教室名	対象	時間	場所
① 簡単トレーニング&ストレッチ	一般	9:20~10:10	中央体育館
② ズンバ	一般	10:30~11:40	

臨海会館 新規教室無料体験

日程 10月20日(火)・27日(火) 定員 35人(申込先着順) 申込 電話で臨海会館へ

教室名	対象	時間	場所
ウォーキング&ストレッチ	一般	9:30~10:30	臨海会館

南公園小体育館 新規教室無料体験

日程 10月23日(金)・30日(金) 定員 20人(申込先着順) 申込 電話で総合体育館へ

教室名	対象	時間	場所
肩こり腰痛改善ストレッチ	一般	9:30~10:30	南公園小体育館(南上町1丁目)