

## 家事力アップ講座②

### 秋の献立「おはぎとちらし寿し」

テーマ＝・料理ふきんを使いこなそう!

・光熱費のことについて

時＝9月14日(木)午前10時から午後1時

所＝西公民館 料理教室

調理実習内容＝・おはぎ 2種類

・ちらし寿し

・茶碗蒸し

¥＝800円

持＝エプロン、三角巾、ふきん(料理ふきんはこちらで用意します。)

主催＝婦人之友友の会

申＝090-7885-3623(小坂田<sup>こさかだ</sup>)

## 令和5年度秋季

### 町民バドミントン大会開催

時＝10月29日(日)午前9時から午後5時

所＝シートス

競技方法＝混合団体戦

¥＝500円(参加当日に徴収)

参加資格＝豊能町在住・在勤・在クラブで、中学生以上の方

申＝電話またはFAXでお申し込みください。

豊能町バドミントン協会

☎&FAX738-6269(松井)

締＝10月2日(月)

主催＝豊能町バドミントン協会

## 第42回川西一庫ダム周遊 里山ファンラン参加者募集

主催＝川西一庫ダム周遊ファンラン

実行委員会・川西市

時＝11月19日(日)

種目・資格＝▽2キロペアの部[小学生と保護者のペア]▽3キロの部[小学5・6年生男女、中学生男女、15歳以上男女]▽5キロの部[15歳以上男女(但し中学生は除く)]▽10キロの部[15歳以上男女(但し中学生は除く)]

¥＝▽2キロペア2,000円▽3キロ

小中学生1,500円、高校生以上2,000円▽5キロ・10キロ一般3,500円、高校生2,500円

員＝合計2,500名(先着順・種目毎に定員あり)

申＝8月30日(水)から10月2日(月)までインターネット(<http://runnet.jp/>)または川西市役所2階の文化・観光・スポーツ課、川西市社会体育施設などに備え付けの申込用紙に必要事項を書き、参加料を添えて同大会事務局まで持参。郵便振替を希望の場合はエントリーセンター(☎079-420-6663)へ

問＝川西市文化・観光・スポーツ課内同大会事務局 ☎072-740-1161

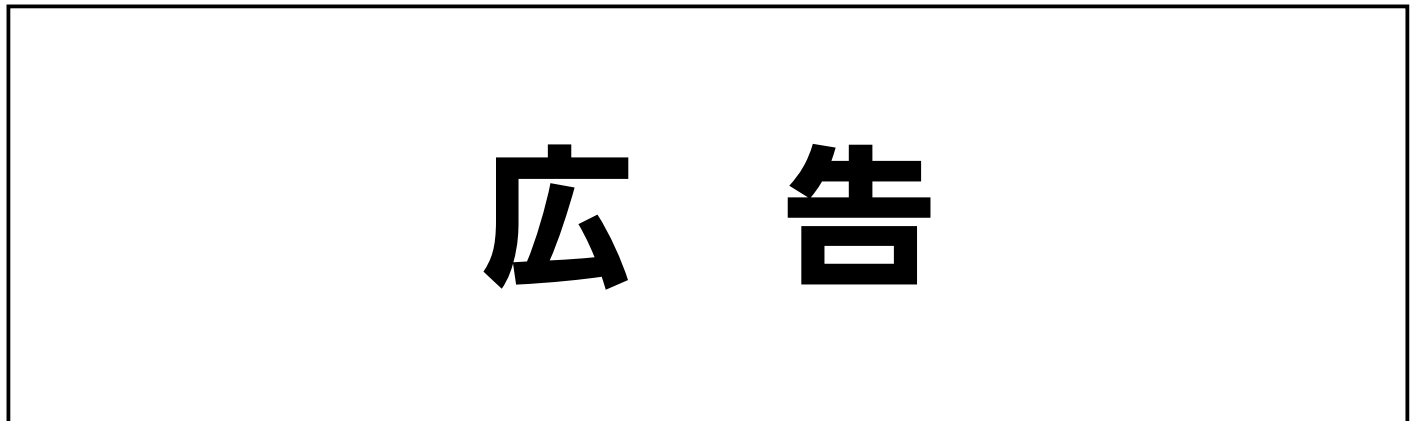
(広告)



(広告)



(広告)





# 情報あれこれ

※情報あれこれのページは左からお読みください。

時…日時・日程 所…場所 内…内容 対…対象 員…定員  
持…持ち物 ¥…費用 締…締切り 申…申込み 問…問合せ

特集

案内一般

健康・福祉

安全・生活

教育・子育て

情報あれこれ

(1967-) ほか

プロフィール=【水上陽一】

大阪音楽大学音楽学部作曲学科楽理専攻卒業 在学中より関西を中心に演奏活動 バロック～現代音楽まで幅広く演奏

## ♪今後のロビーコンサート予定

◆10月7日(土)10月の優雅な昼下がり  
(ズビャーギナ 章子/Soprano 堤純子/Piano 宝塚笛の会 ヴィオレットリアン/Flute)

◆11月18日(土)ソロギターで奏でる  
懐かしの昭和歌謡曲集(木原 透)

主催=豊能町教育委員会

※体調がよくない場合・発熱(37.5度以上)・咳・咽頭痛などの症状がある場合は来場をご遠慮ください。

## 昼下がりの音楽会シリーズVol.96 アンサンブルコンサート ～トロンボーン四重奏& ユーフォ・チューバ四重奏～ — ありったけローブラス — —チケット好評発売中!—

時=9月23日(土・祝)

午後2時～(開場午後1時30分)

所=ユーベルホールロビー

¥=1,000円(全席自由)

員=50名

※3歳未満のお子さんのご入場はご遠慮いただいています。

出演=河毛博子、高島潤、森悠翔、  
あらがきみちこ、たていしかおり、  
荒垣美智子、立石香織、  
ともさわみさき、おかだじゅん、たかしましずか、  
友澤美咲、岡田淳、高島静

曲目=[サンダーバード メインテーマ]、  
[時の流れに身をまかせ]、  
[となりのトトロセレクション] ほか

主催=豊能町教育委員会、NPO法人  
フィルハーモニック・ウインズ  
大阪

—9月2日(土)一般発売開始—

響き渡る黄金サウンド

## シカゴ交響楽団ブラス・ クインテット

### ×オオサカン特別演奏会

全米屈指の名手たちによる吹奏楽とのコンチェルトは必聴!

時=10月15日(日)

午後2時～(開場午後1時30分)

所=ユーベルホール

¥=一般8,000円、

U-25(25歳以下)4,000円(数量限定)、

有料会員7,000円(全席指定)

※当日各500円増(有料会員は当日価格据え置き)

※未就学児の入場不可

入場券発売=9月2日(土)10時～

出演=松尾共哲(指揮)シカゴ交響楽団ブラス・クインテット(ゲスト)  
フィルハーモニック・ウインズ  
大阪(吹奏楽)

曲目=[トロンボーン協奏曲]、  
[2本のトランペットのための協奏曲]、  
[歌劇「ポーギーとベス」より  
金管五重奏と吹奏楽のための] ほか

主催=豊能町教育委員会、NPO法人  
フィルハーモニック・ウインズ 大阪



ユーベルホールホームページはこちら



## その他

### 観光ボランティアガイドの会からのお知らせ

#### ★ガイド養成講座受講生募集

我々の活動に加わってくれる方を募集します。次の日程で養成講座を実施します。

時=①9月20日(水)、②27日(水)、③  
10月4日(水)

全3回(午前9時45分～午後3時)

所=西公民館ほか

対=地域の探求、観光振興に興味のある方

員=10名(応募者多数の場合は、抽選)

¥=1,000円(保険料など)

申=ファックスまたはハガキ

締=9月13日(水)必着

#### ★秋の石仏めぐり～切畑・余野編～

初秋のハイキングのご案内です。今回は切畑地区と余野地区の石の文化財や寺社を巡ります。

時=9月23日(土)午前9時30分～

集合場所=中央公民館(西地区の方は、  
西公民館から送迎バスあり)

歩行距離=約5km(5時間)

昼食=各自持参

¥=無料

員=30名(町内在住・在勤者に限る。  
応募多数の場合は、抽選)

申=ハガキのみ

締=9月11日(月)必着

申(共通)=どちらのイベントに参加希望かを明記し、住所、氏名、年齢、連絡先を記載のこと。「秋の石仏めぐり」は、ハガキ1枚

でお一人様の申し込みとします。西地区の方は送迎バスの要・不要も記載。どちらも豊能町観光協会事務局(農林商工課内)まで  
〒563-0292(郵便番号だけで届きます)

☎739-1919(養成講座のみ)

問(共通)=豊能町観光ボランティア

ガイドの会(豊能町観光案内所)

☎734-6758(午前中のみ)

ホームページはこちら



## 図書館

### The.ギャラリー

#### 「第11回いろどりの会 作品展」

創立27年目になる会で、西公民館で水彩画を中心に制作活動を行っており、5年ぶりの作品展です。

個性あふれる作品の数々をご覧ください。

時=8月26日(土)~9月28日(木)

最終日は午後4時まで

出展=いろどりの会

### ガラスの大箱 「陶楽会作品展」

陶楽会とは豊能町民を主とする陶芸好きによる同好会で、毎週土曜日に集まり活動しています。オブジェ、人形、花器、食器、茶器など、創りたい物を自由に作陶し、焼成しています。各メンバーの日頃の作品をご覧に図書館へ足を運んでください。

時=8月26日(土)~9月28日(木)

最終日は午後4時まで

出展=陶楽会

### 本のテーマ展示のご案内 「まもろうよこころ しんどく なる前に図書館へおいで」 ほっと一息つこうよ

毎年9月10日~16日は「自殺予防週間」です。図書館では、いじめ問題、不登校、メンタルヘルス、こころのリフレッシュに関する本や、不安やストレスを和らげる本など、がんばれなくなる前に手にしてほしい資料の展示・貸出しを行います。

時=8月26日(土)~9月28日(木)

### 世界アルツハイマーデー& 高齢者保健福祉月間

9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。大阪府では9月を高齢者保健福祉月間と定め、高齢者福祉に関心と理解を深めてもらい、また高齢者自らの生活向上に努める意欲を促すきっかけとなるような関連事業を行っています。図書館では保健福祉センターと連携した取り組みとして、認知症などの啓発を目的に関連資料を展示します。

時=8月26日(土)~9月28日(木)

## ユーベルホール

### ユーベルロビー登録者による ロビーコンサート

#### 「笛の楽園」

### リコーダーソロによる ルネサンス~バロック、現代

~チケット好評発売中~

時=9月9日(土)

午後2時~(開場午後1時30分)

所=ユーベルホールロビー

¥=500円(運営協力費)

員=60名(電話・スマホ予約制)

☎738-7700

出演=水上陽一(リコーダー)



予約はこちら



曲目=

★涙のパヴァーヌ / ファン・エイク (1590-1657)

★パルティータ イ短調 / J.S.バッハ (1685-1750)

★La Luna / C.マルティーニ

## 図書館おはなし会のお知らせ

豊能町立図書館では、絵本の読み聞かせを中心としたおはなし会を以下の日程で開催しています。



詳しくはこちら

9月のおはなし会	開催日	時間	対象	場所	締切
ひよこのじかん	9月1日(金)	午前10時30分~45分	1~3歳	豊能町立図書館 児童コーナー	前日の 正午まで
おはなしのたまご	9月15日(金)		1歳未満		
ちいさなおはなし会	9月15日(金)		2歳未満	中央公民館	
ものがたりのじかん	9月9日・23日(土)		1歳以上	豊能町立図書館 児童コーナー	
とまとのじかん	9月17日(日)	1歳以上			
絵本のじかん	9月8日(金)	午前10時30分~11時	自由	認定こども園ふたば園 子育て支援「いちごルーム」	申込不要
	9月14日(木)			地域子育て支援センター すきっぷ「おひさまルーム」	



# 情報あれこれ

※情報あれこれのページは左からお読みください。

時…日時・日程 所…場所 内…内容 対…対象 員…定員  
持…持ち物 ¥…費用 締…締切り 申…申込み 問…問合せ

## シートス

### シートス会員募集!

シートス会員とは、ご利用料金を月会費  
でお支払いいただくプランの総称です。

#### 「成人月間会員」

トレーニングジム、プールの施設のみ  
をご利用いただけるプランです。

#### 「成人教室会員」

スタジオまたはプールの各教室に参加でき  
る会員です(ご利用時は、ジムまたは、プール  
もフリーでご利用いただけます)。月会費プ  
ラス都度の利用チケットが必要となります。

#### 「成人月間会員」+「成人教室会員」

月会費のみでトレーニングジム、プー  
ルまたその両方のご利用と、スタジオ  
オ、プールまたその両方のレッスンが  
受講できる、お得なプランです。

#### 「お子さま向けスクール会員」

#### 「スイミングスクール」

毎週火曜日～土曜日に実施しています。  
フリーコースを採用しています。曜日  
固定やお休みした時の振替などはあ  
りませんので、続けていただきやす  
い制度となっています。

#### 「ベビースイミング無料体験実施中」

(お一人さま1回限り)

生後2歳半までの赤ちゃんと、その保  
護者が対象です。

毎週水曜日・土曜日午前10時～11時  
体験は前日までのご予約が必要です。

#### 「体操スクール」

体操の基本となる、マット、跳び箱、鉄  
棒をご指導します。

毎週火曜日、木曜日、金曜日(金曜日  
は体育の要素を取り入れた内容とな  
ります。)

#### 「バレエ、ストリートダンススクール」

基本から応用までクラスを分けてご  
指導します。

毎週水曜日

#### 「キッズリトミック」

音楽的基礎能力を育てながら、集中  
力や即時反応力、積極性、直観力、記  
憶力を養っていきます。「入門」クラス  
は保護者と一緒に行います。

毎週土曜日

#### 「成人向けスクール会員」

成人向けスクールとして、テニスス  
クールを毎週月曜日に実施しています。

午前9時30分～10時40分(N1)

午前10時50分～正午(N2)

午後1時～2時10分(N3)

N3クラスは、在籍人数が少ないので  
お勧めクラスです。

問=☎738-1333

受付時間=火曜日～土曜日 午前9

時～午後8時30分

日曜日 午前9時～午後5時30分

### 抽選会のご案内

9月10日(日)に、シートスで次のとお  
り抽選会を行います。

#### ▶テニスコート(10月分)

午前10時～ 抽選

※2時間単位の予約となります。

#### ▶アリーナ・第2体育場(11月分)

正午～ 予約表受付

午後0時30分～ 抽選

※2時間単位の予約となります。

※アリーナでプレイできる種目

・スポンジボールテニス・卓球

・バウンドテニス・バレーボール

・バドミントン・ドッジボールなど

### シートス共用使用の日程

#### ▶卓球

毎週木曜日午後5時30分～8時

#### ▶スポンジボールテニス

第1・3土曜日午前9時30分～正午

#### ▶バドミントン・バウンドテニス

第2・4土曜日午前9時30分～正午

一般330円(町外在住660円)、65歳～74  
歳230円(町外在住460円)75歳以上・子

ども・障害者170円(町外在住340円)

※イベント、大会開催時は中止になり  
ます。ご注意ください。

申=不要

### 町民無料デーのお知らせ

9月18日(月・敬老の日)は、町民の方  
に、トレーニングルームとプールを無  
料開放します。ぜひご利用ください。

町外の方で、65歳以上の方も、トレーニ  
ングルームとプールを無料開放します。

開館時間:午前9時～午後6時

最終受付:午後5時30分

### 全館休館日のお知らせ

9月27日(水)～10月2日(月)まで、施  
設点検・メンテナンスのため、全館休  
館日となります(テニスコートも含み  
ます)。予めお知らせします。

### スポーツフェスティバル2023開催のお知らせ

来る10月9日(月・祝)シートスにて、ス  
ポーツフェスティバルの開催をします。  
既に告知は実施していますが、豊能町  
とシートスで全力で盛り上げていきま  
すので、当日はぜひシートスにお越し  
いただきますよう、よろしく願います。

### 専任トレーナーによるマンツーマンレッスンのご案内

#### 「パーソナルストレッチ」

最近カラダの柔軟性の低下を感じる  
方は、ぜひ一度お申し込みください。

有料制:30分1,000円(税込)

#### 「パーソナルトレーニング」

ダンベルやトレーニングマシンなど  
の詳しい使い方を知りたいという方  
は、ぜひお申し込みください。

有料制:30分1,500円(税込)

60分3,000円

(税込)

詳しくはシートスまで  
お問い合わせください。



シートスホームページはこちら

特集

案内一般

健康・福祉

安全・生活

教育・子育て

情報あれこれ