

豊能町立スポーツセンターシートス情報



シートスホームページはこちら

【シートス夏休みジュニア短期水泳教室のお知らせ】

実施期間：第3期8月6日（火）～8月9日（金） 第4期8月20日（火）～8月23日（金）

実施時間 全期：午前7時30分～9時

受講料金：会員 4,000円（税込）、一般 4,500円 対象年齢：満4歳～中学生

※詳細につきましては、シートスまでお問合せください。

【8月12日（月）は山の日振替休日】

8月12日（月）は町民無料デー（プール・ジム）です。たくさんのご利用をお待ちしております。

8月中は毎週月曜日も営業しております。（午前9時～午後6時）

【アリーナ 共用利用】

指定日時に卓球台（ネット含む）、スポンジボールテニスネット、バドミントンネット、バウンドテニスコートを準備させていただきます。

ご利用料金

	一般（16歳以上）	65歳～74歳	75歳以上・障がい者、中学生以下
豊能町の方	330円	230円	170円
豊能町以外の方	660円	460円	340円

○共用利用の日時、種目については館内掲示またはホームページにてご確認ください。

○イベント、大会開催に伴い急な変更となる場合がございます。

○指導は行いませんので、複数でご利用ください。

○卓球 毎週木曜日 午後5時30分～10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

○ご利用の際はシューズ（上履き）が必須です。用具のレンタル（有料）はありますが数に限りがございます。

トレーニングジム紹介

厚生労働省が発信している、健康日本21（第三次）では健康に関する様々な目標が掲げられています。

トレーニングジムでは器具が揃っていますので、比較的気軽に目標をクリアすることができると思います。

今回は、シートスのトレーニングジムにどのような器具があるかを紹介させていただきます。

有酸素ルーム

- ・ランニングマシン（12台）・バイク（6台）・リカンベントバイク（6台）・ステップマシン（2台）
- ・エリプティカルマシン（2台）

レジスタンスルーム

- ・レッグプレス（太もも前、お尻）・レッグエクステンション（太もも前）
- ・プローンレッグカール、シーテッドレッグカール（太もも裏）
- ・ヒップアブダクション&アダクション（内もも&お尻）・ロータリーヒップ（下半身）
- ・チェストプレス2台（胸）・シーテッドロー（背中）・ラットプルダウン2台（背中）
- ・ローロー（腰）・アブドミナル（腹）・チンニング&ディップス（自体重）
- ・ケーブルマシン（全身）・ダンベル1kg～20kg・EZバー（約40kgまで重り変更可）
- ・ストレッチコーナー

その他に体組成計（有料1回50円）があり、現在の脂肪量や筋肉量などが測定できます。

シートスはプールと体育館のイメージが強いですが、トレーニングジムもしっかり運動できる器具をそろえています。

ぜひ、シートスのトレーニングジムをご利用ください。

問＝シートス



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

内=豪華景品が当たる大抽選会、パフォーマンス（ダンス、和太鼓など）、各種模擬店など

主催=豊能町商工会青年部

問=☎739-1647(豊能町商工会館)

2024新光オータムフェスタ 『Trick or Treat あなたが主役』

主催=新光風台自治会

●模擬店・出店者5店募集 豊能町在住もしくは豊能町でお店をされている方優先・応募者多数の場合は抽選とさせていただきます・6m×4m内に車を停めての営業スタイル

￥=出店料は1,000円 電気使用は1口1.5kwで500円

説明会=8月24日(土)午後7時～

●パフォーマー2グループ募集
1グループ15分以内・応募者多数の場合は抽選とさせていただきます

説明会=8月24日(土)午後5時～

時=10月19日(土)

※予備日:20日(日)

午前11時～午後4時

所=しらかばグラウンド



仮装大歓迎!

締=8月20日(火)正午まで

問=平日午前9時～正午 新光風台自治会館 ☎738-6695

「第27回豊能町 ソフトバレーボール大会」

時=8月25日(日)

(受付・抽選) 午前9時10分

(試合開始) 午前9時50分～

所=シートス

対=町内在住・在勤の方(小学4年生以上4人 1チーム) 一般の部・ファミリーの部があります。

￥=1人300円

締=8月10日(土)

申=haru-ume-yo-yo15@au.com

問=☎080-5362-9872

津田 与理子

主=豊能町バレーボール協会

豊能町直売所 志野の里 「ビーズアクセサリ作成 ワークショップ」を開催します!

時=8月3日(土)、11日(日)

正午～午後2時30分

所=豊能町直売所 志野の里

内=「Arice Snowの選べるマスコット付き・ビーズアクセサリ作成ワークショップ」ビーズも新しいものをどんどん入荷しているので、リピーター続出の人気のワークショップです。

大人も子どもも楽しめるワークショップとなっております。ぜひ

ひこの機会にお楽しみください。

対=どなたでも参加できます。

￥=600円

申=豊能町直売所 志野の里

☎703-2189

(営業時間:火・木…午前9時～正午、土・日…午前9時～午後3時)

※約15分～20分ほどの作業です。

「スピンドルを使ったミサンガ作りの ワークショップ」を開催します!

時=8月10日(土)

午前9時～正午

所=豊能町直売所 志野の里

内=「羊毛から糸を紡いで世界で一つだけのミサンガ作り」糸を紡ぐ道具(スピンドル)を作ってミサンガを作成。道具から作るの時間でかかりますが、モンゴルのお話も聞けますし、親子で一番悩む夏休みの自由研究にいかがでしょうか。

対=小学生(小学1、2年生は保護者同伴)から大人の方まで。

員=20名

￥=500円

申=豊能町直売所 志野の里

☎703-2189

(営業時間:火・木…午前9時～正午、土・日…午前9時～午後3時)

阪急バス豊能西線の運賃改定(案)についての意見募集

全国的に路線バスを取り巻く環境は、人口減少・少子高齢化等による利用者数の減少、燃料価格高騰、深刻な運転士不足と厳しさを増しています。こうした厳しい環境の中、阪急バス(株)が、持続可能な運行の確保を目指し、10月1日(火)に運賃改定を予定しています。豊能西線についても、路線維持・確保のため、運賃改定による収支改善の必要がありますので、運賃改定(案)について、町民・関係者の皆さまから広く意見を募集します。提出された意見を参考に道路運送法第9条第4項で規定された協議会にて運賃改定に関する協議を行います。

【運賃改定(案)】・豊能町内・箕面森町地区センター:現行220円→改定(案)250円

※箕面森町西・白島・箕面萱野駅は協議運賃ではなく、阪急バス(株)が定める運賃です。

【改定時期】10月1日(火)

【意見の提出方法】記載内容=住所・氏名・運賃改定(案)に対するご意見

持参=役場本庁2階 総合政策課 郵送=〒563-0292 豊能町総務部総合政策課あて

FAX=739-1980 電子メール=seisaku@town.toyono.osaka.jp

募集期間=8月1日(木)～22日(木) 問=総合政策課☎739-3412

どの文房具、お茶(水筒)。作りたいものがある人はその材料。
※材料は図書館でも用意しています。

申=不要、定員無し(参加者多数の場合は入場制限をすることがあります。)

所=図書館The.ギャラリー

ガラスの大箱「世界の昆虫展」

日本国内だけでなく東南アジアや中南米で採集した、クワガタムシやカブトムシ(コガネムシ科)の標本を展示します。

時=7月27日(土)~8月25日(日)
最終日は午後4時まで

出=平野雅親(豊能町在住)

第70回青少年読書感想文コンクールの課題図書のご利用について

より多くの方に借りていただくために、ひとり1冊、1週間の貸出とさせていただきます(延長不可)。予約については1タイトルのみカウンターにて受け付けます。ご協力ください。9月以降は通常貸出になります。

セットコミックの貸出・返却について

セットコミックの貸出・返却は、午後5時45分までとさせていただきます。ご理解とご協力をお願いします。

図書館・臨時休館日のお知らせ

【臨時休館】

8月13日(火)~15日(木)

8月27日(火)~29日(木)

また、以下の期間は、図書館のコンピューターシステム入れ替え作業によりインターネット検索や予約ができません。ご了承ください。

【図書館システム休止期間】

8月26日(月)~28日(水)

ユーベルホール

日本テレマン協会による 「なつやすみファミリーコンサート」

~チケット好評発売中~



時=8月25日(日)午後2時~
(開場午後1時30分)

所=ユーベルホール

¥=前売り(全席自由)一般1,500円、
おやこペア2,000円(小学生以下
とその保護者)小学生以下700円
(0歳から小学生) 
※当日券(各
500円増)は、
前売で完売の
場合販売はありません。電話、
スマホでも予約できます。

出演=テレマン・アンサンブル

(弦楽五重奏)

あさい さきの みたに あやか
浅井 咲乃、三谷 彩佳(ヴァ
イオリン)

かん ゆんぐあん
姜 隆光(ヴィオラ)

さかい あやこ
境 綾子(チェロ)

はしもと まさき
橋本 将紀(コントラバス)

曲目=モーツァルト/アイネ・クライ
ネ・ナハトムジーク 第1楽章
バッハ/G線上のアリア
チャイコフスキー/「くるみ割
り人形」トレパック ほか

※楽器紹介や

客席参加型

の楽しい曲

もあります。ユーベルホールHP

主催=豊能町/豊能町教育委員会
☎072-738-7700

そ の 他

福祉の仕事の魅力発見フェア 「CHARM」

大阪北摂エリアの社会福祉法人主催の福祉就職イベントが開催されます。就職相談ブースだけでなく、福祉用具の展示や授産品の販売コーナーも用意しています。話を聞くだけでもOKです。皆様のご来場お待ちしております。

【来場特典】3ブ
ース以上回るとスタバ
カードのプレゼント!



就職イベントCHARM2024

時=8月3日(土)

午前12時~午後3時30分

所=千里阪急ホテル2階

※事前申し込み不要・履歴書不要・
無資格未経験OK・服装自由・入
退場自由・キッズスペースあり

問=大阪府社会福祉協議会老人施設
部会 ☎06-6762-9001

豊能町商工会創立50周年 記念誌発刊に向けた ロゴデザイン募集について

デザインの要件=50周年の節目を
象徴するデザイン、豊能町のブラン
ドイメージに合うもの

募集期間=7月1日(月)~8月23
日(金) 必着

提出方法=電子データの場合は電子
メール、紙の場合は郵送
でご提出ください。

連絡先=豊能町商工会 豊能町余野
1008 ☎739-1647
✉toyono@gold.ocn.ne.jp

第31回とよの夏まつり

時=8月11日(日)午後5時~9時
(時間変更の場合あり・小雨決行)

所=東能勢中学校グラウンド



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

図書館

第9回 科学の絵本を楽しもう 「植物のふしぎ ―光合成―」

植物は太陽光を利用して、水と二酸化炭素からブドウ糖を作ります。それを「光合成」と言います。植物のふしぎに関する絵本を読んでから、簡単な光合成の実験を行います。

時=8月3日(土)

午前10時30分～11時30分

所=図書館 集会室

持=筆記用具

締=8月2日(金) 正午

対=小学生

員=15人(事前申込制先着順)

申=図書館

講師=平野雅親(科学ボランティア
夢“LABO)

「英語とあそび」

英語の絵本をそのまま英語で読み聞かせをします。簡単な手遊びを交えながら楽しく英語に親しむ時間を過ごしましょう。

時=8月17日(土) 18日(日)

午前11時～(自由参加)

所=図書館 児童コーナー

問=図書館

<紙芝居の演じ方講座> 【二回連続講座】

紙芝居の実演をする人、もしくは、これから実演してみたい人向けのくかみしばい実演家養成講座>です。なつかしくて、あたらしい、大人も子どももいっしょに楽しめる「紙芝居」の演じ方(読み方)を、図書館の紙芝居の会でお馴染みの柿本香苗さんと一緒にたのしく学んでみませんか。

1回目:「紙芝居のたのしさを体験しよう!!」

2回目:「紙芝居を演じてみよう!!」

時=1回目:9月7日(土)

2回目:9月14日(土)

両日とも午後1時30分～

所=図書館 集会室

員=10名

(8月1日(木)より申込受付開

始・先着順)

申=図書館

講師=柿本香苗(町内在住、紙芝居グループ「まつぼっくり」代表、手作り紙芝居・実演家)

夏休み子ども企画 「こうさくのひろば」

夏休み、図書館の人と一緒に工作をしましょう。簡単にできる作品をいろいろ紹介します。材料は図書館で用意していますが、自分で持ってきて作りたいものをつくってもOKです。興味がある子は図書館で使っている「牛乳パックの本立て」作りにも挑戦してみましょう。みんなが作った作品を展示することもできます。くわしい内容は図書館ホームページをみてね。

開催日(8月)	時間
6、20日(火)	午前10時15分～正午
16、23日(金)	午後2時～4時

対=未就学児(保護者同伴)、小学生以上(ハサミが安全に使える人)

持=自分用のハサミ、のり、テープな

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

8月のおはなし会	開催日	時間	対象	場所	締切
おはなしのたまご	8月16日(金)	午前10時30分～45分	生後3か月～1歳半まで	図書館児童コーナー	8月11日(日) 正午まで
ちいさなおはなし会			2歳未満	中央公民館	
ものがたりのじかん	8月10・24日(土)	午前11時～20分	1歳以上	図書館 児童コーナー	申込不要
とまとのじかん	8月18日(日)				
とまとまるかじり 夏祭り編	8月4日(日)	午前の部:11時～正午 午後の部:2時～3時	乳児～大人までどなたでも		
絵本のじかん	8月8日(木)	午前10時30分～11時	自由	地域子育て支援センター すきっぷ「おひさまルーム」	
	8月9日(金)			認定こども園ふたば園 子育て支援いちごルーム	