



公民館講座

で楽しく学ぼう!

公民館 お家でチャレンジ応援【けん玉入門～大皿～】

「親子けん玉教室」講師の阪井茂六段(日本けん玉協会)が、けん玉の持ち方、構え方、練習方法など、けん玉の基本を動画で紹介します。お家でけん玉に挑戦してみてください。【問】松原公民館(火曜日休館)



新型コロナウイルス感染拡大状況により、講座開催日の変更もあります。

やさしいがま口づくり～お家時間を楽しもう～

申込締切 6月15日(月)必着

初めての人も楽しみながら、がま口の基本やポイントを学び、手縫いでチクチク、かわいいミニポーチがま口(口金幅約10cm)を作ります。
【時】7月8日(休)、午後1時30分～3時30分【所】まつばらテラス(輝) 多目的ホール【講】Mammyさん“まっcom”(生涯学習人材バンク)、がま口雑貨・ビーズアクセサリー作家【対】テーマに関心のある人【定】12人【持ち物】裁縫道具、布ばさみ、マイナスドライバー、ピンセットなど【¥】受講料200円、材料費1,000円【申】Eメール(matsubara-ko@city.matsubara.osaka.jp)で

松原公民館「がま口」係へ。申し込み時に、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入してください。抽選後、費用は先払いとなります。その際に3種類から好きな柄を1つ選んでいただきます。※申し込み多数の場合は抽選。【問】松原公民館(火曜日休館)



▶申し込み用メールアドレスが開きます。



身体をゆるめて～心と体を元気にしよう～

申込締切 6月24日(水)必着

心が不安になることが多い状況の中で、体がこわばっていませんか。「ゆっくり息を吐く」「楽に気持ちよく動く」など、身体をほぐしながら、心をおちつけるために今すぐできるセルフケアで、免疫力を高めましょう。
【時】7月5日(日) ①午後1時15分～2時30分②午後3時15分～4時30分※①②とも同じ内容【所】まつばらテラス(輝) 多目的ホール【講】横山道子さん(NPO法人気功協会指導員、鍼灸師・指圧マッ

サージ師)【定】テーマに関心のある人 各回20人【¥】200円【申】Eメール(matsubara-ko@city.matsubara.osaka.jp)で松原公民館「身体をゆるめて」係へ。申し込み時に、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・希望の時間帯(①、②、どちらでも)を記入してください。※申し込み多数の場合は抽選。【問】松原公民館(火曜日休館)

▶申し込み用メールアドレスが開きます。



成人式の運営スタッフ募集

令和3年1月11日(祝)に行う松原市成人式の企画・運営をしてくれる、ボランティアスタッフを募集します。

【対】市内在住の25歳くらいまでの人
【内】令和2年7月頃から成人式までの間に7回程度の会議を開催予定
【申】【問】6月19日(金)までに電話・窓口で地域教育課までご連絡ください。

マツサポ出張講座
～わたしの“まち”へのかかわりかた～

『空手を通じた健康法』 ～今こそ免疫力を高めよう～



空手を通じて地域でどんな取り組みができるのか、フィットネストレーナーの経験を生かした健康法についてのお話も交えながらの講座です。空手は競技だけでなく、健康法としても優れた一面があります。自宅でできる内側から身を守る体作りの体操を紹介します。

【時】7月9日(休)午後2時～3時30分
【所】ゆめニティ 多目的ホール
【講】西田真司さん(空研塾 西田道場代表)
【定】先着10人
【申】松原市市民活動サポートサロン(☎334-4395、FAX 334-2055、matusaposaron@yahoo.co.jp)へ。
【問】【主】松原市市民活動サポートサロン、松原市(市民協働課)
※動きやすい服装でお越しください。



市民バスケットボール大会・市民成人剣道教室のご案内

【対】市内在住・在職・在学の人
【備】要項は申し込み時にお渡しします。新型コロナウイルス感染症拡大防止策として、開催中止となる場合があります。中止決定の場合は市ホームページでお知らせします。
【申】下表の申込期間で、月曜日と第3火曜日を除く(土・日曜日は午前9時～正午、火～金曜日は午前9時30分～午後4時30分)に印鑑を持って松原市体育協会事務局(市民体育館内)へ。
【問】松原市体育協会事務局



市民スポーツ教室

市民道夢館				
種目	実施予定日	費用	申込期間	対象・定員
成人剣道	7月2日～9月24日の毎週木曜日(全10回) ※7月23日(祝)、8月13日・20日(休)を除く	1人 2500円	6月9日(火)～	高校生以上(先着30人)

市民スポーツ大会

市民体育館			
種目	実施予定日	費用	申込期間
バスケットボール	小学生 7月11日(土)	1チーム 2,000円	6月9日(火)～17日(水)
	一般 7月12日(日)	1チーム 3,000円	