

市政情報

募集・案内

発表・鑑賞

セミナー

スポーツ

公民館

健康

相談の案内

高齢者

子育て応援

コラム

フット

19

11月ごみカレンダー

ごみは当日午前8時半までに出してください

ごみ減量にご協力を 【問合せ】 美化推進課(ごみ収集業務) ☎(759) 8011(午前8時20分~午後4時50分)

町名	燃やすごみ	燃やさないごみ	ビン	カン	大型ごみ	紙・布
栄根 下加茂 久代 東久代	火・金曜日	3・17	12・26	6・20	13・27	10・24
寺畑 南花屋敷 加茂	火・金曜日	5・19	10・24	3・17	6・20	13・27
小花 小戸 栄町 花屋敷	月・木曜日	4・18	14・28	7・21	12・26	11・25
中央町 美園町 絹延町 出在家町 丸の内町 滝山町 鶯の森町 萩原 火打 松が丘町 霞ヶ丘 日高町 花屋敷山手町 満願寺町	月・木曜日	14・28	4・18	12・26	11・25	7・21
萩原台 鶯が丘 鼓が滝 湯山台 鶯台 南野坂	月・木曜日	12・26	7・21	11・25	4・18	14・28
新田 矢問 矢問東町 西多田 錦松台 多田院 多田院多田所町 多田院西 緑台	火・金曜日	13・27	6・20	10・24	3・17	5・19
平野 多田桜木 東多田 向陽台 水明台 清流台	月・木曜日	11・25	5・19	14・28	7・21	4・18
石道 虫生 赤松 柳谷 芋生 若宮 清和台 けやき坂	火・金曜日	6・20	13・27	5・19	10・24	3・17
大和 見野 東畦野 東畦野山手 長尾町	月・木曜日	7・21	11・25	4・18	14・28	12・26
西畦野 下財町 一庫 国崎 黒川 美山台 丸山台 山原 緑が丘 山下町 笹部	火・金曜日	10・24	3・17	13・27	5・19	6・20

【家庭ごみの収集量(8月分)】1人が1日に出したごみの量574g(前年同月比8%減) 詳しくは美化推進課(ごみ減量業務) ☎(759) 4240へ

子・女子3名▽費用500円(中学生は300円、小学生は100円)▽申込み所定の用紙またはハガキに住所、氏名、電話番号、参加種目を書き、12月3日(水)までに〒666-0033・栄町27-4-103の吉田実さん ☎090(3616)6035へ

卓球協会長杯オープン大会
市卓球協会が総合体育館で。

とき12月21日(日)午前8時開場▽対象中学生以上の市内在住、在勤、在学者▽種目団体戦1チーム2人(1W2S)男女共ABCの4クラス▽費用1チーム3000円(今年度初参加の場合年間費用500円別途)▽申込みハガキに住所、氏名、電話番号、男女のクラス別を書き、12月3日(水)までに、〒666-0129・緑台3丁目2-6の河島絢子さん ☎(793) 2720へ

ヨガ1日講習会
市ヨガ協会が11月9日(日)午前10時~11時半に東谷公民館でやさしいヨガを。当日会場へ。詳しくは同協会の谷口さん ☎090(6915)1755へ

水泳教室 受講生募集

【申込み】 往復ハガキに教室名、住所、氏名(ふりがな)、生年月日(年齢)、性別、電話番号、保護者氏名(18歳未満およびラッコ教室)を記入し11月15日(土)~25日(火)(必着)に〒666-0017・火打1丁目3-3の市民温水プールへ郵送か持参を。定員超過の場合は抽選。

教室名	とき	曜日・時間	対象	内容	定員	費用
カモメ	1月19日 月	11:00~12:00	一般	ゆっくりと水泳の基礎を習得し、健康維持を図る	25人	8,740円
シニア水中ウォーキング		14:00~15:00	60歳以上の人	ウォーキングを中心とした水中運動	22人	
ビーバー月		15:00~16:00	3~5歳児	水遊びをしながら水に慣れ親しむ	27人	
アシカ月	3月23日	16:00~17:00	20年4月2日~22年4月1日に生まれた幼児	水遊びをしながら水に慣れ親しむ	27人	
アヒル	1月13日 火	10:00~11:00	2・3歳児	保護者から離れ、水遊びをしながら水に慣れ親しむ	20人	9,050円
シニアアクアピクス火		11:30~12:30	60歳以上の人	いろいろな器具を使った水中で酸素運動	22人	8,740円
水中ウォーキング	3月17日	13:00~14:00	一般	ウォーキングを中心とした水中運動	22人	
ラッコ	1月14日 水	10:00~11:00	1歳半~3歳児と親	水遊びを通じた親子のスキンシップ	25組	8,890円
アクアピクス水		11:00~12:00	一般	いろいろな器具を使った水中で酸素運動	15人	8,740円
ソフトアクアピクス	3月25日	13:00~14:00	一般	いろいろな器具を使い水中で酸素運動(水に潜らないやさしいアクアピクス)	15人	
マーメイド(中級)	1月16日 金	19:00~20:00	クロールで15m以上泳げる中学生以上の人	クロールで25m完泳を目標に	12人	

*対象年齢は開催日初日が基準。上記教室のほか、「アクアピクス30木」「総合水中運動30」では、欠員のため受講生を募集。詳細については、温水プールへ。

一庫ダム周遊マラソン

名誉市民の古田敦也さんも友情参加

11月16日(日)午前8時40分から、「川西一庫ダム周遊マラソン大会」を開催します。10kmの部が9時半にスタート。紅葉映えるコースに約3,000人が健脚を競います。当日、午前9時から午後2時まで、大会コースにあたる県道野間出野・一庫線が通行止めになります。黒川や能勢町方面には、国道173号や477号に迂回してください。なお、会場には駐車場がありません。午前7時45分から臨時運行する送迎バス(東谷小学校発)を利用してください。詳しくは文化・観光・スポーツ課 ☎(740) 1245へ。



Marathon

スポーツ
市民体育館臨時休館のお知らせ
同館は12月24日(水)~28日(日)、施設整備・補修、清掃のため、臨時休館します。期間中の窓口業務は午後5時までです。詳しくは同館 ☎(793) 1888へ。

が市民運動場で。とき11月29日(土)午前9時半受け付け(予備日12月2日(火)▽種目個人戦(24ホール)▽対象市内在住者▽費用500円▽定員288人▽申込み11月15日(土)までに同協会の宮阪さん ☎(798) 1375へ

体育協会長杯バドミントンオープン大会
市バドミントン協会が総合体育館で。とき12月23日(祝)午前8時

10分受け付け▽対象高校生以上▽種目①混合ダブルス個人戦1~3部、りんどうの部(50歳以上)ただし、50歳以上でも各部出場可②女子ダブルス個人戦50歳以上、60歳以上、70歳以上の部(各部4ペア)。重複しての申し込みは不可。各部が成立しない場合は振り替える場合あり▽費用①1組4000円②1組3500円(高校生は1組3000円)▽申込み所定の用紙に代表者の住所、氏名、電話番号、選手の氏名(ふりがな)、年齢、ランク、高校生は学校名を記入の上、11月14日(金)(先着順)までに〒666-0142・清和台東1丁目4-21の的場幸枝さん ☎・FAX(798) 1040へ(ファックスの場合は午後9時まで)

市内ロードレース大会
市陸上競技協会が宝塚医療大学で次の通り。とき12月13日(土)午前9時から▽対象小学生4年生以上の市内在住・在勤・在学者か同協会登録者▽種目①小学生4~6年生男子・女子2名②中学生男子・女子3名③一般(高校生以上)男子5名・女子3名④壮年(40歳以上)男子

スポーツ教室 受講生募集

【申込み】あつまれ!げんキッズは11月1日(土)午前9時から、レディス・テクニカル・バレーボールは11日(火)午後1時から総合体育館へ。それ以外は往復ハガキに教室名、住所、受講者氏名(ふりがな)、生年月日(年齢)、学年、性別、電話番号、保護者氏名(ふりがな)、親子体操は一緒に受講する人の氏名、キッズトレーニング火・木を希望する人は、第1・第2希望を記入し、11月12日(水)から19日(火)(必着)までに〒666-0017・火打1丁目1-4の同館へ郵送か持参を(リトルトレーニングは11月17日(月)~24日(火)(必着)までに市民体育館へ)。定員超過の場合は抽選。

教室名	とき	曜日	時間	対象	内容	定員	回数	費用
あつまれ!げんキッズ	12月7日	日	10:00~12:00	満2歳~就学前の幼児と保護者(幼児1人に対し保護者2人まで申込可)	リズム体操や親子リレーなど	60組	1回	1,230円 保険料別
親子体操	1月13日~3月20日	火・金	10:00~11:30	開催日初日で満2歳~4歳の幼児と保護者	親子でダンス、トランポリンなどいろいろな器具を使った運動	50組	20回	15,410円
ジュニアスポーツ	1月17日~3月28日	土	11:15~12:30	小学4~6年生の児童	球技を中心とした総合的なスポーツ	20人	10回	4,110円
ジュニアトレーニング	1月19日~3月23日	月	15:50~16:50	小学1~3年生の児童	ボールやマットなどを使った総合的な体力づくり	30人		
キッズトレーニング火	1月13日~3月17日	火	15:45~16:45	20年4月2日~22年4月1日に生まれた幼児	ボールやマットなどを使った総合的な体力づくり	30人	10回	5,340円
キッズトレーニング木	12月11日~3月19日	木				30人		
レディス・テクニカル・バレーボール	1月20日~	火	11:00~13:00*	女性	基礎からフォーメーションまで段階的に練習	70人		
リトルトレーニング	1月14日~	水	15:30~16:30	20年4月2日~22年4月1日に生まれた幼児	ボールやマットなどを使った体力づくり	30人		4,110円

*最終日のみ9:00~13:00