市役所への郵送は、〒666-8501と課名で届きます。料金表示のないものは無料。記載がない場合、主体・主催は市で、受付時間は各施設の執務時間中。

記号の意味 主主催 時日時 場ところ 対対象 講講師 内内容 種種目 費費用 定定員 他その他 申申し込み（郵郵便で 電話で ファクスで webから E-mailで 窓窓口のみ 先先着順 抽定員超過の場合は抽選）問問い合わせ ☎電話番号 ファクス番号 ホームページ E-mail

セミナー

パソコン教室エクセル初級

時10月18日㈮・21日㈪・23日㈬・25日㈮・28日㈪・30日㈬①午前10時―正午②午後1時―3時。全6回▽場総合センター▽対パソコンで文字入力ができる成人市民▽内エクセル（ウインドウズ10・オフィス2016）の基本的操作。①・②は同内容▽定各9人▽申郵抽往復ハガキ（1枚1人）に教室名、コース（①か②）、住所、氏名、電話番号と、返信用に郵便番号、住所、氏名を書き、10月10日㈭（必着）までに〒666―0032・日高町1―2の総合センターへ（返信用ハガキ持参可）▽問☎（758）8398

あなたの「働きたい」をサポート

時10月31日㈭、11月25日㈪、12月3日㈫。いずれも午前10時―正午。全3回▽場男女共同参画センター▽対再就労や起業を考えている女性▽講NPO法人「アーチ・キャリア」代表の井本七瀬さんなど▽内自己肯定感を高め、仕事への不安を解消するなど、女性が働きやすい環境づくりを一緒に考える講座と交流会▽定15人▽他保育あり（1歳半以上の未就学児。先着8人。10月24日㈭までに予約を）▽申☎FAX先住所、氏名、電話番号を男女共同参画センターへ▽問☎（759）1856・FAX（759）1891

「イチ」から始める会計講座

時11月15日㈮午後1時―4時▽場市民活動センター▽対地域活動・市民活動・NPOの会計担当者▽講NPO会計支援センター会計アドバイザーの村上義弘さん▽費500円▽定15人▽他同団体から複数人の参加可。保育あり（1歳半以上の未就学児。先着8人。11月8日㈮までに予約を）▽申☎FAX先住所、氏名、電話番号、団体名を市民活動センターへ▽問☎（759）1826・FAX（759）1891

歴史好きの仲間と一緒にボランティアガイド
川西の文化財の魅力伝えてみませんか

10月25日締め切り

市が文化財ボランティア養成講座を開催。市内文化財のガイド活動などを目標に、講座や現地学習を行います

時①11月26日、12月3・10日の火曜日。午前10時―午後3時②10月29日㈫、11月6日㈬・12日㈫・19日㈫、12月17日㈫午後1時半―3時▷場文化財資料館他▷費400円▷定30人▷他6回以上出席した人に修了証書を授与します▷申☎先10月25日㈮までに社会教育課へ

問い合わせ　社会教育課　☎(740)1244

英会話サロン（初・中級）

主市国際交流協会▽時10月17日から木曜日。いずれも午前10時15分―11時45分。全10回▽場アステ市民プラザ▽対英語のみで簡単な会話ができる人▽講イギリス人▽内日常使える英会話▽費1万1500円▽定12人▽申☎先10月2日㈬午前9時から同協会事務局へ▽問☎（740）1106

ゼロからの英会話（入門）

主市国際交流協会▽時10月17日から木曜日。いずれも午前10時15分―11時45分。全10回▽場アステ市民プラザ▽講アメリカ人▽費1万1500円▽定12人▽申☎先10月2日㈬午前9時から同協会事務局へ▽問☎（740）1106

カウンセリング入門講座

主登録グループ「川西カウンセリング研究会」▽時10月26日㈯、11月9日㈯・23日㈷。いずれも午後2時―4時。全3回▽場市民活動センター▽費1000円▽定20人▽申郵FAX抽住所、氏名、電話番号を書き、10月10日㈭（必着）までに〒666―0026・南花屋敷4―9―9の鈴木美智江さんへ▽問☎FAX（758）7558

知って得する「生前整理・遺品整理」

テーマは「空き家の遺品どうする の」。

主（一社）あんしん整理相談センター▽時内10月28日㈪午後1時半―3時半・空き家の遺品整理の講演。3時半―4時半・個別相談会▽場アステホール▽講同センター▽定50人▽申先当日会場へ▽問同センター☎0797（73）6280

生活学習講演会

テーマは「部屋の温度差は健康に大きく影響する―あなたの住まいを一緒に考えてみませんか」。

主川西消費者の会▽時10月30日㈬午後1時半―3時半▽場アステ市民プラザ▽対市民▽講近畿大学非常勤講師の太田周彰さん▽定45人▽申☎FAX先講座名、住所、氏名、電話番号を10月1日㈫から同会の木原さんへ▽問☎FAX（758）4689・✉kawanishi_syouhisyanokai@yahoo.co.jp

レフネック名誉学長講話

テーマは「人生は夕方から楽しくなる」。

時10月31日㈭午前10時半―正午▽場アステホール▽講生涯学習短期大学名誉学長の木津川計さん▽問同大学☎（757）8481

ビオラとパンジーの寄せ植えリース作り

時11月1日㈮午後2時―4時▽場けやき坂中央公園管理事務所▽講プチセゾンの芦田英子さん▽費2900円（会員1600円）▽定12人▽他当日入会可。入会金、年会費各1000円▽申☎抽10月1日㈫～7日㈪に緑化協会へ▽問☎（759）0805

スポーツ

市民温水プールの一般遊泳不可日

11月17日㈰は大会開催のため一般遊泳はできません。

問☎（755）0257

新体操スクール体験会

主ミズノ㈱▽時10月22日㈷①午前9時―9時50分②10時―10時50分▽場市民体育館▽対①4～6歳児②小学1～6年生▽内柔軟体操やステップなどレベルに合わせて指導▽費500円▽定各15人▽申☎先10月18日㈮までに同館へ▽問☎（793）1888

ノルディックポールでLet's ウォーク

主ミズノ㈱▽時10月25日㈮午前9時15分―午後0時半▽場三ツ矢サイダー工場跡など▽講ウォーキングライフマイスターの森裕史さん▽内健康寿命を延ばすノルディック・ウォークを完全マスター▽費500円▽定20人▽他飲み物と室内シューズ持参。ポールの貸し出しあり▽申☎先10月15日㈫までに市民体育館へ▽問☎（793）1888

健康体操フェスティバル

主市健康体操協会▽時10月18日㈮午前10時―正午▽場総合体育館▽内加盟クラブの演技発表と全員で「みんなで動こう」▽他体育館シューズ持参。かわにし健幸マイレージポイント対象事業▽問同協会の小川さん☎（738）4775

ソフトテニス協会長杯

主市ソフトテニス協会▽時10月20日㈰午前8時45分受け付け（雨天時は27日㈰に延期）▽場市民運動場▽種A級（一般男子、シニア50歳以上）・B級（中学生男子、シニア男子60歳以上）・C級（中学生女子、シニア女子50歳以上、初級者）▽費1チーム2000円（高校生以下1000円）▽申郵FAX住所、氏名、年齢、電話番号、学生は学校名、学年を書き、10月10日㈭（必着）までに〒666―0112・大和西2―12―1の岡山由香さんへ▽問☎FAX（794）9423（電話は午後7時以降）

市ジュニアオープン卓球大会

主市卓球協会▽時11月2日㈯午前8時開場▽場総合体育館▽対小・中学生▽種①シングルス（午前）。男女別。小学3～6年生、中学生、バンビ（小学2年生以下）。バンビ以外はA・Bの2クラス②ダブルス（午後）。男女別。小・中学生（いずれもA・Bの2クラス。バンビは小学生A・Bに出場可）▽費①600円②1組1000円▽申郵ハガキに住所、氏名、電話番号、種目、クラス別を書き、10月16日㈬（必着）までに〒666―0111・大和東5―48―16の安田洋子さんへ▽問同協会の安田さん☎（794）5984

ダブルスリーグオープン卓球大会

主市卓球協会▽時11月11日㈪午前8時40分開場▽場総合体育館▽対40歳以上の協会加盟者（当日加盟可。1人500円）▽種ダブルスの団体戦1チーム3人（男性3人は不可）▽費1チーム3000円（今年度大会初参加者は別途1人500円）▽申郵ハガキに住所、氏名、電話番号を書き、10月23日㈬（必着）までに〒666―0111・大和東5―48―16の安田洋子さんへ▽問市卓球協会の安田さん☎（794）5984

市長杯9人制バレーボール大会

主市バレーボール協会▽時11月3日㈷午前8時開始▽場市民体育館▽対中学生以上の市内在住・在勤者▽費1チーム3000円▽他10月29日㈫午後6時から総合体育館で抽選。参加費持参▽申郵ハガキにチーム名、男女別、代表者の住所、氏名、電話番号を書き、10月22日㈷（必着）までに〒666―0122・東多田1―20―13の小川弥栄子さんへ▽問同協会の小川さん☎080（1501）9228

混合・女子ダブルスバドミントンオープン大会

主市バドミントン協会▽時12月22日㈰午前8時10分受け付け▽場総合体育館▽対高校生以上▽種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歳以上のペアでも各部出場可②女子ダブルス個人戦50・60・70歳以上の部（各部4ペア）▽費1組①4000円②3500円（高校生は3000円）▽他重複申し込みは不可。チーム数により振り替えあり。②は各チーム各部1ペアのみ▽申郵FAX先所定の用紙（市バドミントン協会ホームページ https://www.kawanishi-badkyo.com/ からダウンロード可）に必要事項を書き、11月18日㈪までに〒666―0142・清和台東1―4―21の的場幸枝さんへ▽問同協会の的場さん☎FAX（798）1040（ファクスは午後9時まで）

拳法体験教室

主不動禅拳法▽時10月12日㈯午前10時―11時50分▽場キセラ川西プラザ2階▽対小学生以上▽内拳法や空手、護身術などの総合武道を体験▽問不動禅拳法の三浦さん☎090（1952）9987