



ひらかた市民活動支援センターの会員・登録団体のイベント情報やメンバー募集をお知らせします！

## 3/7 (土) がん患者さんによるファッションショー 『自分らしく今を歩く』

ファッションショーの他、モデルの園田マイコさんをお招きしてQ&Aセッション、アピランスケアのブース展示が行われます。自由に来場できますが、記念品準備のためできるだけお申込ください。

日時 3月7日(土) 12:30～16:00

会場 摂南大学 枚方キャンパス

入場料 無料

申込 申込フォーム から



申込フォーム



申込  
問合せ

NPO法人 ソシオケアアンドケアサポート  
TEL: 072-807-3216  
Email: reconfort234@gmail.com

## 3/14 (土) 他 子どもフラダンス 体験会

3月のクラス替えにつき、新規生徒募集！子どもらしいかわいい曲を踊ります。少人数制。男の子も在籍♪ 優しさと思いやりを育みます。大人クラスも募集中です、お問合せください。

日時 3月14日(土)・3月28日(土)・4月11日(土)・4月18日(土)

①17:30～②18:30～ 各45分間

会場 nohoカフェ2階 (香里ヶ丘)

対象 3歳～小学生 定員 3人 費用 500円/回

申込  
問合せ

Aloha Lei Pikake (担当: 藤原)  
TEL: 090-1142-4688  
Email: pnyuru@yahoo.co.jp



## 3/21 (土) みんなでダンス PD&Friends

生演奏で座ったままでできる、バリアフリーなダンスワークショップ。PD(パーキンソン病)をはじめ、体を動かすことが困難な方も参加できます。終了後に、外で働くのが困難な方の個別相談もあります。

日時 3月21日(土) 10:30～11:30 ※受付 10:15～

会場 生涯学習交流センター 大集会室

参加費 600円 (中学生以下無料)

申込 当日参加も可能ですが、なるべくご予約ください

申込フォーム



申込  
問合せ

オドルタカラバコ (担当: 市川)  
Email: odorutakarabako@gmail.com  
※予約が困難な場合は当日直接来てください。

## 3/22 (日) 春のワークショップまつり

楽しい手づくりが体験できるワークショップがたくさん並びます☆いろんなジャンルから選ぶのも楽しい！リフレッシュコーナーもあり。ファミリーで遊びに来てくださいね。

日時 3月22日(日) 10:00～15:30

会場 楠葉生涯学習市民センター 大集会室

参加費 300～800円

申込 不要



問合せ

アートクラフト+クッキングFirst-step (担当: マツバラ)  
TEL: 090-1145-1302  
Email: beads.firststep1@gmail.com

## 募集 子ども絵画教室 有償ボランティア 募集

絵画教室で、主に幼児、低学年の作業をお手伝いしていただける有償ボランティアを募集します。子どもが好きな方、美術が好きな方、保育や教育に携わりたい方、大歓迎です。

日時 月4回 土曜日 9:30～12:30

(子どもの参加 10:00～12:00)

※4回のうち1、2回参加。

場所 南部生涯学習市民センター



申込  
問合せ

NPO法人 ふれあいネットひらかた (担当: 長谷川)  
TEL: 090-6061-8825  
ホームページ: <http://shokuiku-station.com/>

## 募集 メンタルヘルスの現場を支える ボランティアメンバー 募集

私たちは、精神保健福祉に特化したボランティアグループです。悩み苦しんでいる方々に寄り添って、その心にあかりを灯し続けます。一緒に活動していただけるメンバーを募集しています。

定例会 毎月第3水曜日 18:00～

訪問活動 不定期

場所 ラポールひらかた

申込 専用フォーム から



専用フォーム



申込  
問合せ

ボランティアグループあかり (担当: 中司)  
TEL: 090-8145-1591  
Email: volunteer.akari@gmail.com

## 募集 百歳市民大学 受講生 募集

古稀・姪寿～これからは百歳大学。「歴史・人・旅」に学ぶ生き方しませんか。お気軽にご参加ください。お待ちしております。

活動場所 老人福祉センター 楽寿荘 ほか

参加費 1回 500円

(お好きな講座にご自由にご参加ください)

受講対象 年齢・性別は問いません

問合せ

百歳市民大学 (担当: 君塚)  
TEL: 080-5326-2949  
FAX: 072-855-2949



## 募集

### お話を聴かせていただきに 傾聴訪問をいたします

「誰か話を聴いてくれる人がいたらいいのになあ」と思われる、ご本人、ご家族。また各施設の担当者様、成年後見人の方々からの依頼もお受けしています。(傾聴以外の行為はしません)

**訪問時間** 平日の月曜日から金曜日 10:00~16:00 の間で  
1回 30分~1時間程度

**場所** 施設、ご自宅など、希望の場所  
**費用(交通費補助)** 1人500円 施設以外 2人1,000円

**申込 問合せ先** 傾聴ボランティアちょうちょ (担当: ひのき)  
Email: choucho.keicho@gmail.com

メールQRコード



## 募集

### 大阪シンフォニックワイア 合唱団員募集

2027年2月21日の演奏会で、フォーレの『レクイエム』と一緒に歌いませんか。会場は枚方市総合文化芸術センター大ホールです。

**練習日時** 水曜・木曜 18:30~20:30 (第5週は休み)

**場所(水曜)** さだ生涯学習市民センター、生涯学習交流センター 他  
(木曜) 日本キリスト教団天満協会

**団費** 4,000円/月 **コンサート準備金** 1,000円/月  
**申込** メール、電話 から

**申込 問合せ先** 大阪シンフォニックワイア  
TEL: 090-2107-2083  
Email: osc1979.info@gmail.com

ホームページ



## ひらかた市民活動支援センター インフォメーション

申込・問合せ先

ひらかた市民活動支援センター

申込受付 3月1日(日) 9:30~ 申込方法 電話、FAX、メール、申込フォームのいずれかでお申し込みください。

### 3月のサブリ村野学校 会場はすべてサブリ村野!

3/13  
(金)

### 専門家から学ぶ相続・遺言 家族へ送る安心のバトン

大切な家族のために、終活をはじめませんか。遺言書の書き方やデジタル遺産の整理術などを、町の法律家でもある行政書士が紹介。終了後に個別相談会あり。エンディングノート付き。

**日時** 3月13日(金) 13:30~15:00

**参加費** 1,000円

**対象** 18歳以上 定員 20人

**持ち物** 筆記用具

**実施団体** 一般社団法人 結びサポート協会

申込フォーム



3/17  
(火)

### 0歳からはじめる! ベビーサインと親子ヨガ体験

ベビーサインとヨガで、赤ちゃんと楽しくコミュニケーション! ママ同士のつながりも大切にしたい時間です。終了後はおもちゃで遊んだり、おしゃべりタイムも。

**日時** 3月17日(火) 10:00~11:30

**対象** 0~1歳のお子さんと、その母親

**定員** 10組20人 **参加費** 1,000円

**持ち物** 動きやすい服装着用、飲み物

**実施団体** NPO法人 みんなの子育て All Right

申込フォーム



3/17  
(火)

### 親子で楽しく3B体操

ボール、ベル、ベルターの3種類の用具を使って、親子でふれあい、身体を動かす楽しさを体験します。

**日時** 3月17日(火) 10:00~11:30

**対象** 未就学児と、その親

**定員** 10組20人 **参加費** 500円

**持ち物** 動きやすい服装着用、  
シューズ・飲み物・タオル

**実施団体** 3B親子体操

申込フォーム



3/10  
(火)

### みんなの防災2025

#### 1部 防災士が語る! 減災のための自助・共助

防災士を目指したきっかけや、普段から防災に関して心がけていること、災害による被害を軽減するための自助・共助の大切さについてお聞きします。

講師は防災士の村上 幸志さん。

#### 2部 みんなで体験! 避難所運営ゲーム『HUG(ハグ)』

大規模災害になると、避難所を運営するのが自分かもしれません。そんなもしもの時に備え、「HUG」を通して避難所運営の基本を学びます。

**日時** 3月10日(火) 13:30~15:30

**対象** 防災に興味関心がある方

**会場** サプリ村野 市民活動研修室

**定員** 20人 **参加費** 無料

申込フォーム



防災食  
試食あり

3/20  
(金・祝)

### ボランティア入門講座

#### レッツ! ボランティア

~あなたの生活にうるおいを~

ボランティアの基礎知識のほか、自分にあった活動の選び方や心構えなどが学べます。実施の活動団体の話や先輩ボランティアの体験談も聞けます。

**日時** 3月20日(金・祝) 10:00~11:30

**対象** ボランティアに関心のある  
中学生以上の方

**会場** サプリ村野 市民活動研修室

**定員** 20人 **参加費** 無料

申込フォーム



編集・発行: 特定非営利活動法人 ひらかた市民活動支援センター

〒573-0042 大阪府枚方市村野西町5-1 サプリ村野内

TEL: 072-805-3537 FAX: 072-805-3532

Email: info@hirakatanpo-c.net HP: https://hirakatanpo-c.net

公式LINEやSNSでも  
情報を発信中です!

公式LINE  
@541ppnzn



Instagram  
@hiracen\_info



X(旧Twitter)  
@hiracen\_info

Facebook  
@hiracen

情報紙「ひらせんナビ」への掲載は、ひらかた市民活動支援センターの会員団体・登録団体であることが条件です。詳しくは、当センターまでお問合せください。