



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！

## 11/3 (日) 「がんサロン」 ソシオエステティック 今月は《ミニJAZZ演奏会》

演奏会の最後に『上を向いて歩こう』をみんなで歌おう!!など...  
陽気ながんサロンです。生活の中での辛い事や、病状などの心配事も聴かせてもらいます。共に心を穏やかにしませんか。

日時 11月3日(日) 13:00~16:00

会場 サロン Roseスイートたいむ (長尾台)

参加費 500円 (飲み物つき)

定員 8人 申込 下記連絡先まで電話



**申込 問合せ先** NPO法人 ソシオケアアンドケアサポート (担当: 川口)  
TEL: 072-807-3216  
HP: <https://mycuresupport.wixsite.com/sociocure>

## 11/4 (月・祝) みんなで どんどこ! 和太鼓体験会

和太鼓の歴史を知ってみんなで演奏。団体として、2025年大阪・関西万博のステージにも出演予定。会場で一緒に演奏しましょう!

日時 11月4日(月・祝) 13:30~16:30 ※受付 13:00~

会場 寝屋川市立エスポアール 多目的ホール

参加費 小中高生 無料、一般 500円 対象 小学1年~

持ち物 運動の出来る格好、体育館シューズ、飲み物

先着 100人 申込 申込フォームまたは電話から

**申込 問合せ先** NPO法人 雅夢 (担当: 内田)  
TEL: 090-8752-0336  
Email: [npo.gamu@nifty.com](mailto:npo.gamu@nifty.com)

申込フォーム



## 11/9 (土)~ ひらビー菊祭り

「ひらビー」とは「枚方でビートルズ」。ビートルズカバーバンドによるライブ演奏。ご来場、お待ちしております!!

日時・場所 ①11月9日(土) 13:15~17:00・シャイング

②11月9日(土) 13:15~17:00・中宮小学校体育館

③11月10日(日) 13:30~17:30・シャイング

※②の会場は土足禁止の為、「下足袋」持参。

観覧 無料 申込 不要・先着順

ホームページ



**問合せ先** ひらB (担当: すぎお)  
TEL: 072-845-4021(株式会社ASK内 事務局)  
Email: [hirakata\\_beatles@yahoo.co.jp](mailto:hirakata_beatles@yahoo.co.jp)

## 11/10 (日) 舞台劇「フクシマ発」 劇団 風の子東北

「震災および原発事故を風化させない」よう、番組制作をするラジオ局のアナウンサーと新聞記者のやり取りの舞台劇。

日時 11月10日(日) 18:30~ ※開場18:00

会場 枚方公園青少年センター ホール

費用 3,700円

申込 メールまたはInstagramより

Instagram



**申込 問合せ先** 枚方南おやこ劇場 (担当: 大崎)  
TEL: 072-853-8839  
メール: [minami\\_oyako@yahoo.co.jp](mailto:minami_oyako@yahoo.co.jp)

## 11/29 (金) みんなでダンス PD&Friends

生演奏でイスで座って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 Parkinson's disease)をはじめ、体を動かすことが困難な方も参加できます。運動不足な方もぜひ参加を。

日時 11月29日(金) 10:00~11:00 ※受付 9:45~

場所 枚方市総合文化芸術センター本館 ひらしんイベントホール

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

## 募集 全国ネットのNPO法人 ナルク「天の川クラブ」会員募集

ボランティアをしませんか?

〈時間預託活動、奉仕活動、文化スポーツ活動〉

時間預託制度は、ボランティアをした時間を積み立てて利用することができます。

会費 3,000円/年  
(夫婦の入会の場合、2人でも3,000円)

ホームページ



**問合せ先** NPO法人 NALC「天の川クラブ」  
TEL: 072-846-3975  
ホームページ: <https://nk-nalc.jp>

## 募集 百歳市民大学 受講生募集

学校で習わなかった、歴史の隠れたエピソードを紹介しています。仲間と一緒に楽しく学びませんか。お気軽にご参加ください。お待ちしております。

活動場所 枚方市立老人福祉センター 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

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



# ひらかた市民活動支援センター インフォメーション

11月のサプリ村野学校

会場はすべてサプリ村野！ 「広報ひらかた」にも掲載

**11/15**  
(金)

## 親子で楽しむ3B体操

親子で触れ合いながらボール(Ball)、ベル(Bell)、ベルター(Belter)の3つの用具を使って体を動かす楽しさを体験してもらいます。

日時 11月15日(金) 10:00~11:30

対象 1歳~未就学児の親子

参加費 無料

持ち物 動きやすい服装と靴、飲み物、タオル

定員 10組 実施団体 3B親子体操

申込フォーム



申込 11月1日(金) 9:30から  
電話・FAX・メール・フォームにて

**11/15**  
(金)

## 「五行歌」で私のしんどい子育てをふり返ろう

字数や季語などの制限がない「五行歌(ごぎょうか)」で、障害がある子の母である講師と共に、日々のしんどい子育てを振り返る会です。

日時 11月15日(金) 10:30~11:30

対象 どなたでも 参加費 無料

持ち物 筆記用具 定員 10人

実施団体 放課後クラブ「チャレンジ・キッズ」

申込フォーム



申込 11月1日(金) 9:30から  
電話・FAX・メール・フォームにて

**11/15**  
(金)

## Let's脳活！ シニアのための音読教室

発声や口の体操、早口言葉、音読の実践を通して脳トレを行います。

日時 11月15日(金) 13:00~15:00

対象 50歳以上 参加費 500円

持ち物 筆記用具、飲み物

定員 20人

実施団体 こころ未来地図

申込フォーム



申込 11月1日(金) 9:30から  
電話・FAX・メール・フォームにて

**11/16**  
(土)

## 自分色のスライムを作ろう

色は無限にあるってほんとかな。色水実験で作ったオリジナルカラー「自分色」に名前をつけて、スライムにしてみよう！いろいろな色で「わたしの気持ち・考え」をもっと表現できるようになるかも♪

日時 11月16日(土) 10:00~11:15

対象 3歳~12歳 費用 800円 定員 6人

実施団体 アートクラフトFirst-step

申込フォーム



申込 11月1日(金) 9:30から  
電話・FAX・メール・フォームにて

**11/16**  
(土)

## 成年後見制度セミナー

成年後見制度に関わる説明と、事例紹介を交えて死後事務委任や遺言にまつわるお話をします。

日時 11月16日(土) 13:00~14:00

対象 どなたでも

参加費 無料 定員 25人

実施団体 一般社団法人 福祉後見サポートセンター

申込フォーム



申込 11月1日(金) 9:30から  
電話・FAX・メール・フォームにて

**11/18**  
(月)

## ハイハイレース

ハイハイレースを通して、子どもの成長を確認し、また家族間の交流も行います。

日時 11月18日(月) 10:00~11:00

対象 8カ月~ハイハイができる未歩行の赤ちゃん。

参加費 500円

定員 15人

実施団体 マタニティチャームズ

申込フォーム



申込 11月1日(金) 9:30から  
電話・FAX・メール・フォームにて

### ひらかた市民活動支援センター

TEL: 072-805-3537 FAX: 072-805-3532 Eメール: info@hirakatanpo-c.net

申込 11月1日(金) 9:30~

電話、FAX、メール、各講座の専用フォームから住所・氏名・電話番号・講座名を記載して申込

申込  
問合せ先

村野学校 詳細



**11/9**  
(土)

## 土曜も! みんなで井戸端会議

「自由参加・批判しない・テーマを決めない」の3大ルールのもと、自由に盛り上がります。

日時 11月9日(土) 10:30~12:00

会場 サプリ村野 参加費 無料

※平日版の次回は、12月17日(火) 18:30~。



土曜井戸端詳細



申込 参加申込は不要。  
当日は直接、会場へお越しください。

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。

編集・発行：NPO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

ひらせんSNSでも  
情報を発信中です!

イベント情報や  
メンバー募集など



Instagram  
@hiracen\_info



X(旧Twitter)  
@hiracen\_info



Facebook  
@hiracen

