

古市古墳群を訪ね、守る 第13回ウォーク&グリーン

世界遺産の「古市古墳群」(羽曳野市役所からアイセルシュラホールまでの約4.5km)を巡りながら、清掃活動を行います。コースの途中では、古墳の解説を行います。

日時 3月10日(日)
9時30分～11時30分

(受付開始9時～)※雨天中止

集合場所 羽曳野市役所議会棟下駐車場(羽曳野市誉田4-1-1)

※動きやすい服装で参加してください。ゴミ袋・手袋・金バサミは用意します。車での来場はご遠慮ください。

申込方法 3月8日(金)までにオンライン窓口で。



主催 古市古墳群世界遺産連絡会議(藤井寺市・羽曳野市)

問合せ先 文化財保護課世界遺産担当 ☎952・7854

※アイセルシュラホールの休館日を除く

赤十字防災セミナー

～「災害から命を守ろう！日頃から私たちにできる備えとは？」～

地震や津波などの災害から、自らの命、家族、暮らしを守るために、日頃からの備えを一緒に考えます。また家具安全対策ゲーム(KAG)を通して、「家の中の危険」について、みんなで確認し合います。

日時 2月29日(木)13時30分～15時
場所 ふれあいセンター2階

講師 日本赤十字社大阪府支部

定員 先着30人

申込方法 2月16日(金)までに電話で

主催 日本赤十字社大阪府支部藤井寺市地区

申込・問合せ先 藤井寺市社会福祉協議会 ☎938・8220



ふじいでら春季ウォーク 2024～至高の御仏に出会う～

道明寺天満宮から代表的な古墳や神社仏閣をガイドと巡ります(約3.5km、3時間程度)。

日時 2月18日(日)

※雨天決行、荒天中止

受付時間 9時30分～10時

受付場所 道明寺天満宮

※当日直接お越しください。

費用 1人700円(資料代、拝観料。中学生以下は拝観料500円のみ。)

持ち物 飲み物

共催 藤井寺市観光協会、藤井寺市観光ボランティアの会

問合せ先 藤井寺市観光協会事務局

(観光課内) ☎979・7881

※当日の問い合わせは、☎080・6159・1252(吉田)

市民活動スキルアップセミナー 活動の“輪”を広げるヒントを得よう！

新しい仲間づくり、団体内の人間関係や団体活動の広げ方に悩んでいませんか？

本セミナーでは、活発に活動されている団体をゲストに招き、パネルディスカッション形式でこれまでの取組みについてお話をさせていただきます。

日時 2月28日(水)10時～11時30分

場所 パープルホール4階中会議室B

対象 主に市民で構成される団体、これから活動を始めようと考えている個人

定員 先着20人

ゲスト

・傾聴ボランティアグループ「やまびこ」 林 マスミさん

・NICE！藤井寺バンド

二井 和子さん

・特定非営利活動法人ASUの会

増田 靖さん

申込方法 2月5日(月)

から26日(月)までに

電話、窓口又はオン

ライン窓口で。



申込・問合せ先 協働人權課広聴・協働担当(1階④番窓口)

☎939・1331



第47回藤井寺市文化詩吟連 盟競吟大会

日時 2月4日(日) 10時～17時

場所 市民総合会館別館 中ホール

主催・問合せ先 藤井寺市文化詩吟連盟 ☎955・4475(吉田)

菊づくり講習会

日時 2月18日(日) 13時30分～

場所 沢田圃場^{ほじょうち}(沢田2-10先)

※直接会場へお越しください。令和6年度の会員を募集します。会場でお申込みください。

内容 親株の管理・培養土・大菊の挿し芽について

主催 藤井寺市菊花推進会

問合せ先 農とみどり保全課農政公園緑化担当(4階⑤番窓口)

☎939・1228



NICE！藤井寺バンド “第142回 歌の広場”

みんな一緒に、懐かしい歌を楽しく歌いましょう。

日時 2月10日(土)

10時～11時(開場9時30分)

場所 市役所市民広場

演奏予定曲 早春賦、野に咲く花のように、百万本のバラ 他

問合せ先 NICE！藤井寺バンド

☎090・6600・2108(二井)

元気はつらつクラブ ～楽しく笑ってフレイル予防！～

健康運動指導士などによる実技と講義です。今回のテーマは「有酸素運動で動ける体づくり②」です。

日時 2月28日(水)
14時～15時30分
場所 保健センター(小山9-4-33)
対象 65歳以上で、医師から運動制限の指示のない方
定員 先着15人
申込方法 2月5日(月)～9日(金)に電話で
問合先 健康課成人保健担当(2階④番窓口) ☎939・1112

大阪はびきの医療センター 市民公開講座「羽曳野からだ塾」

日時 3月2日(土) 14時～16時
場所 大阪はびきの医療センター3階講堂(羽曳野市はびきの3-7-1)
定員 先着100人

テーマ「丈夫な体づくりを目指そう」

- ①骨粗しょう症～あなたの骨は大丈夫？～
講師 整形外科/リハビリテーション科主任部長 塚本 泰徳さん
- ②「100歳まで歩ける！」を目指した体づくり～筋肉・骨を強くする食事～
講師 栄養管理室総括主査 中村 祥子さん
- ③転倒予防体操について
講師 リハビリテーション科理学療法士 河津 達也さん

申込方法 3月1日(金)までに、電話またはQRコードから
※手話通訳あり、駐車場無料
申込・問合先 大阪はびきの医療センター 事務局 総務グループ ☎957・2121



楽しく介護予防「ええとこぶじいでら」体操inイオン

藤井寺市のご当地体操や簡単な運動で心も体もリフレッシュしませんか。

2月は理学療法士より、腰への負担を少なくする方法や腰痛体操などについてお話があります。
日時 2月21日(水) 14時～15時
場所 イオン藤井寺ショッピングセンター2階 イオンホール
対象 医師から運動制限の指示がない方
講師 理学療法士
定員 25人(先着順)
持ち物 飲み物、運動しやすい服装
※ふじいでら健康チャレンジのポイント対象イベント

問合先 高齢介護課総務担当(1階③番窓口) ☎939・1164



みんなで楽しく「いきいき体操」しませんか

要介護状態になることを予防する取り組みなどについて、健康運動指導士が簡単な運動を交えてお話しします。

日時 2月26日(月)
①10時～11時30分
②14時～15時30分
場所 保健センター(小山9-4-33)
対象 65歳以上で、医師から運動制限の指示のない方
定員 各15人(定員を超えた場合は前年度の参加回数が少ない方を優先)
持ち物 タオル、飲み物、運動しやすい服装と靴
申込方法 2月2日(金)～8日(木)に電話で
※当日の血圧が180/110mm Hg以上の方や体調の悪い方は、運動を見合わせていただきます。
問合先 健康課成人保健担当(2階④番窓口) ☎939・1112

ヘルスケア倶楽部

市(保険年金課)が委託して行います。(18歳以上の市民対象)

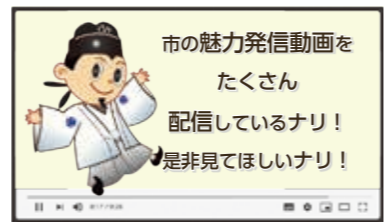
①**食べつくし倶楽部～ヘルシー弁当付～**
今回のテーマは「コレステロール・中性脂肪を下げるコツ」です。
日時 2月26日(月)
11時～12時30分
場所 パープルホール5階 料理教室
定員 10人(申込多数の場合、抽選)
講師 管理栄養士
協力 Sai deri and eat-菜



②**健康度測定フェス**
日時 3月1日(金) 9時30分～15時30分 ※20分ごとの予約枠
場所 パープルホール 市民ギャラリー
定員 20人程度(新規の方優先。申込多数の場合、抽選)
測定内容 体成分測定、筋力測定、血流測定

申込方法 電話または電子メールで。
電話：2月2日(金)～7日(水)の10時～15時
電子メール：2月2日(金)～13日(火)に氏名・生年月日・住所・電話番号を明記してください。
申込・問合先 (株)ビューティヘルスラボ Maria
☎070・9049・2248
✉info@maria-beauty.com

市公式YouTubeチャンネル「フジデラテレビ」



チャンネル登録をお願いします！



福祉の就職総合フェア SPRING In OSAKA

府内178の福祉関係の法人の担当者と直接面談ができます。各種相談や職場体験の受け付けも行います。

日時 3月9日(土) ※2部入替制
(1部)10時～12時30分
(2部)14時～16時30分
場所 OMM(大阪市中央区大手前)
※ホームページから参加登録を行うと、セミナー動画も視聴できます。
問合先 大阪福祉人材支援センター ☎06・6762・9020



カイゴのしごとのホントがわかる動画公開中！



カイゴのしごとは休めへん・お給料安い・すぐ辞めるってホント？職員さんの声とデータから、バージョンアップしている現場のホントを知ってください。



▲2分バージョン ▲5分バージョン
問合先 大阪福祉人材センター ☎06・6762・9006



藤井寺市合同企業説明会～Dera Work 2024～

地元の魅力ある企業が参加。担当者と直接話せるチャンスです。

就活に役立つ来場特典・参加特典もあります！詳しくは市ホームページをご確認ください。
日時 2月7日(水)
15時30分～18時45分
※最終受付18時30分
場所 イオン藤井寺ショッピングセンター2階 イオンホール
参加企業 10社程度
問合先 商工労働課 ☎939・1337



第9回大阪府下一斉無料法律相談会

弁護士による相続、離婚、建物の賃貸借問題、多重債務者救済などに関する相談を行います。

日時 3月2日(土) 13時～16時(要予約、1人30分以内)
場所 市役所1階102会議室
申込方法 2月5日(月)9時から電話で
申込・問合先 協働人權課広聴・協働担当(1階④番窓口) ☎939・1331

木下大サーカス大阪公演

期間 2月24日(土)～5月27日(月)
場所 森ノ宮駅から徒歩12分の特設会場

入場料 (前売自由席)
大人：3,500円、大学・専門学生：2,500円、3歳～高校生：2,000円(当日500円増)

※詳細は、ホームページをご確認ください。



問合先 木下大サーカス大阪公演事務局
☎06・6374・0045(2/18まで)
☎06・6969・0009(2/19から)

【事業者向け】企業価値向上啓発セミナー デザイナー×中小企業診断士によるホームページ・SNSを活用した効果的マーケティング

日時 2月6日(火) 16時～
講師 飛松 由紀子さん
場所 藤井寺市商工会2階
定員 20人
申込方法 専用フォームまたはホームページ、商工労働課に設置の申込用紙に必要事項を記入の上、ファックスで
申込・問合先 藤井寺市商工会 ☎939・7047 ☎952・3118



▲専用フォーム ▲ホームページ

司法書士による全国一斉「遺言・相続」無料相談会

相続、遺言、登記、成年後見などに関する法律手続相談を司法書士が行います。

日時 2月24日(土) 13時～16時(1組30分、完全予約制)
場所 LIC はびきの2階大会議室(羽曳野市軽里1-1-1)
申込方法 月～金曜日の10時～16時に電話で
申込・問合先 大阪司法書士会堺支部 ☎072・363・8451(矢野)

資格取得説明会

日時 3月17日(日)午前 ※申込状況によって変更する場合があります。
内容 危険物取扱者(乙四)、第一種衛生管理者、日商簿記3級
場所 市民総合体育館 2階会議室、Zoomによるオンラインも可

申込方法 ホームページから
申込・問合先 K1トレニングセンター ☎090・3969・4701(受付19時～22時)

