

# 登録団体紹介

## 吹矢は「スポーツ」そして「ウエルネス」

### スポーツウエルネス吹矢 大阪富田林すばる支部

スポーツウエルネス吹矢は、6~10m離れた円形的のめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。競技は、1ラウンド（3分以内）に5本の矢を吹いて、規定によるラウンドを競技し、その合計点を競います。

大阪富田林すばる支部は、2020年1月に日本スポーツウエルネス吹矢協会から認定され活動中。練習日は、日曜の9時~12時(月2~4回)。主に、市民会館(レインボーホール)、市総合体育館、かがりの郷などで行っています。

スポーツウエルネス吹矢の呼吸法を体感しつつ、ゆったりした動きを通して、精神力と集中力を高め、また実力認定を通じて、目標ややりがいができることを目指しています。ぜひ一度、体験してみませんか？



#### <体験会>

7/10(日)、7/17(日)、7/24(日) 9時~12時  
会場：市民会館 多目的室  
※連絡不要 直接会場へお越しください。  
体験代：無料(別途参加費500円)  
上履きをお持ちください。  
道具は体験時無料貸し出しします。

吹矢 富田林すばる 🔍

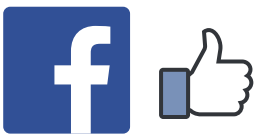
連絡先：  
スポーツウエルネス吹矢  
大阪富田林すばる支部  
☎ 090-9255-9044 (18時~20時)

#### ／知って得する！

### しっとくクイズ ことえ

答え：③ もうひとつのオリンピック

Para(平行の)+Olympic  
実は、過去をさかのぼれば、1も3も、語源となった由来があるようです。



富田林市民公益活動支援センター  
Facebookページ「いいね」してネ!

LINE 公式アカウント



印刷予約も  
可能です!

サポとん通信は、市内公共施設の他、施設や店舗様にも、配架にご協力頂いています。

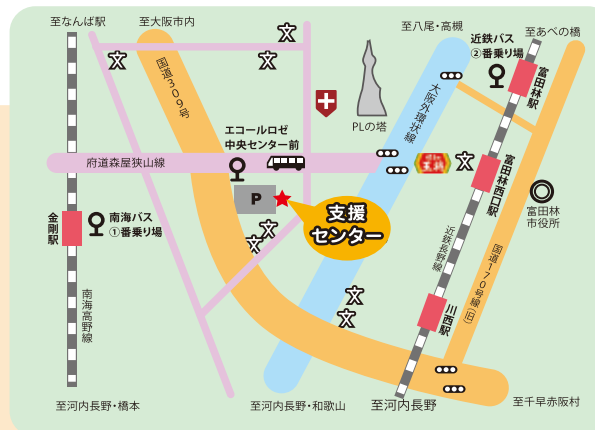
- ・PL病院
- ・富田林病院
- ・富田林モータースクール
- ・菓子工房YAMA O
- ・お菓子の夢工房・樹
- ・ビストロ Be屋n
- ・寺内町「大正紹漫」
- ・ステーキレストラン千一夜
- ・四天王寺悲田富田林苑
- ・多目的カフェバー花唐草
- ・エメールヘア
- ・こんごう体育整骨院
- ・富田林イトマンスイミングスクール
- ・アロマスペース&ギャラリーCocoro



### サポとん通信 新聞部メンバー サポとん通信新聞部募集中!

- |                 |                       |
|-----------------|-----------------------|
| 寺田耕平(花唐草倶楽部)    | 池川成子(JNWL大阪東支部びーすまいる) |
| 安野 壽(はんどくらぶ)    | 木口文里(NPOあずみな)         |
| 井尻志郎(おれんじパートナー) | 野田友子(彼方上7町会まちづくり協議会)  |
| 楠 喜博(伝達工学研究所)   | 寺田美哉子(市民公益活動支援センター)   |
|                 | 妹尾美千代(市民公益活動支援センター)   |

発行元：富田林市民公益活動支援センター (NPO 法人きんきうえぶ)  
住 所：富田林市小金台2丁目5番10号(エコールロゼ南側平面駐車場南東沿い)  
TEL：0721-26-7887 FAX：0721-74-5505  
URL：www.tondabayashi.org Mail：info@tondabayashi.org



# 第51号

# サポとん通信

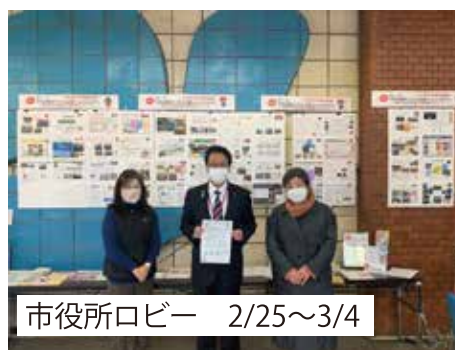
ひろとん

終了しました

## 第17回市民活動わくわく広場 in とんだばやし

「第17回市民活動わくわく広場inとんだばやし」は、6カ所でのパネル展示と、「市民公益活動が一気にわかる！サイトとYouTube公開」での開催となりました。例年に比べ、少し寂しい状況ではありましたが、無事終了しました。

### 笑顔で元気な市民活動！持続可能なチャレンジを！



市役所ロビー 2/25~3/4



市民会館 3/6~3/18



すばるホール 3/19~4/1



きらめきファクトリー 4/2~4/15



きらめき創造館 4/16~4/24



∞KON ROOM 4/25~5/6

### ★引き続き、市内各所でパネル展示を開催します！

- ▶(特活)とんだばやし国際交流協会 (甲田1-4-31) 6/28 (火) ~7/13 (水)
- ▶コミュニティセンターかがりの郷 (南大伴町4-4-1) 7/15 (金) ~8/10 (水)

### ★ひろとん YouTube



第17回ひろとん 🔍

YouTube



市民活動を  
一気に紹介!



## → 市民公益活動支援センターからのお知らせ

地域活動をされている / 始めようと考えている方を対象に、市民活動に役立つ講座を開催します。いずれも参加費は無料。ぜひこの機会にご参加ください。

■申込問合せ：市民公益活動支援センター 電話：0721-26-7887



### デザイン(Canva)講座

①6/18 (土) 19:00 ~ 20:30  
(Canva 基礎編)  
さまざまなデザインが手軽にできるサービス「Canva」の活用方法

②6/25 (土) 19:00 ~ 20:30  
(デザイン基礎編)  
「イベント参加者募集」をテーマに「Canva」を活用したチラシ作成を学びます

※2回で1講座です。

■場所：Zoom  
(ご自宅等からご参加ください)



### ICT(ZOOM、LINE)講座

①7/13 (水) 16:00 ~ 17:30  
(ZOOM ホスト編)  
主催者になるための設定や、上手く会議を運営するコツを学びましょう

②7/20 (水) 16:00 ~ 17:30  
(LINE おさらい編)  
LINEグループを上手く使い、情報共有を効率よく行いましょう

※単発可

■場所：市民公益活動支援センター  
■持ち物：①パソコン②スマホ  
■定員：各5名  
※申込みは、6/20～先着順



### 会計&エクセル講座

①8/4 (木) 18:30 ~ 20:30  
(超初級会計編)  
市民活動において会計は重要！日頃の悩みを解決しましょう

②8/10 (水) 18:30 ~ 20:00  
(エクセル編)  
普段、何気なく使っているエクセルを効率よく使うコツをお伝えします

※単発可

■場所：市民公益活動支援センター  
■持ち物：②パソコン  
■定員：①8名 ②6名  
※申込みは、7/11～先着順



### お知らせ

PL病院、富田林病院、富田林モータースクールに、富田林市市民公益活動支援センターのチラシラックがあります。チラシ等を設置いたしますので、支援センターまで、お気軽にお持ちください。メ切は毎月10日。団体案内や講座やセミナーのチラシ、「仲間募集！」のチラシなどもOK！です。

### 掲載ご希望申込要項

☆次号は8月です。  
8月9日のイベント掲載ご希望は、支援センターまで！メ切は7月10日です。

### ZOOMが時間制限なしで使えます

既に多くの登録団体に利用して頂いていますが、富田林市市民公益活動支援センターでは、市民活動団体が、オンラインで会議等できるよう「ZOOMプロ」に登録をしています。時間制限なしで利用できます。詳しくは、支援センターまで。

### ／ 知って得する / しっとくクイズ

オリンピックとパラリンピックが同時開催となった1988年ソウルオリンピック以降のパラリンピックの意味は？

- ①リハビリテーションスポーツ
- ②障がいのあるひとのオリンピック
- ③もうひとつのオリンピック

正解は裏面ページ！



# イベントガイド

※新型コロナウイルス感染拡大に伴い、延期または中止になる可能性があります。

## ●富田林まち巡りガイドウォーク「寺内町の周りをグルリと歩きましょう」とんだばやし観光会

ご存知ですか？寺内町周辺にも「ええとこ」がいっぱいあります。

■コース（歩行距離 約4km）

近鉄富田林駅北口ロータリー（近鉄バス側）→バスレーム通り→寿町界隈→西方寺→石川→円光寺→本町公園→旧田中家住宅→富田林駅東口

■日時：7/12（火）集合：9時

■集合場所：近鉄富田林駅北口ロータリー（近鉄バス側）

■参加費：300円 ■定員：先着25名

■申込み：090-5366-9670 毛穴（けな） ※10時～18時をお願いします。6/23～7/7まで

■ホームページ⇒<https://tonkan584.jimdofree.com/>

ホームページ



## ●復活！第8回（3年ぶり）カラオケ★お楽しみ会 NPO 法人高齢者大学シニア富田林くすのき塾

カラオケを中心に自慢の声や芸を披露します。一人ひとりが輝く晴れ舞台です。会員以外の方も観覧自由。全員参加お楽しみコーナー「みんなで歌おう！～50年前のヒット曲を一緒に」「イントロクイズ～商品ゲット」でおおいに盛り上がりましょう！

会場内での飲食はできません。

■日時：6/18（土）11:00～16:00

■場所：すばるホール・小ホール

■参加費：無料



ホームページ



## ●体験会参加者募集！富田林居合会

富田林居合会は、古武道の一つ居合道を楽しみながら、その稽古を通じて心身の成長を育みたいと2015年5月に結成され、7年目を迎えました。

居合道の流派は多岐に渡っていますが、305年ほど前（享保元年1717年）に、第七代長谷川主税助英信（はせがわちからのすけえいしん）が古伝の業に独創の業を加えました。その「無双直伝英信流」の居合の業を受け継ぎ、その業の稽古に励んでいます。

居合道の稽古や演武では、静寂の中、刀の一振り一振りに気魄を込めます。そして、観る人々を静と動の世界に誘（いざな）います。日本文化の伝統の一つ「古武道としての居合道」のそんな世界（居合道）を皆様に体験していただきたいと思ひます。皆様のお越しをお待ちしています。

■日時：8/28（日）12:00～15:00

■場所：富田林市立総合体育館柔道場

■内容：正座之部の稽古見学、木刀による新聞紙切、刀に触れる（模擬刀を使用）、所作など  
※運動のできる服装でお越しください

■連絡先：090-5369-8574 靄田（つるた）

ホームページ



## ●精神保険福祉講座～精神障がい者家族会 富田林ほっこり会

大阪府精神障害者家族会連合会 精神保健福祉講座①

精神科医療の現状とこれから ～抗精神病薬・薬物治療の現状と今後～

■講師：精神科医師 菊山裕貴先生

（大阪精神医学研究所新阿武山病院 大阪医科大学神経精神医学教室）

■日時：6/25（土）13:30～16:30（13:00受付）

■場所：すばるホール ■参加費：無料

■連絡先：080-3814-6589 佐野

ZOOMでの参加希望はこちらから↓



## ●純喫茶おれんじ～おれんじパートナー

毎月第1日曜 OPEN！売上げは、若年性認知症当事者活動支援に使います。ぜひお気軽にお立ち寄りください。メニューは全品100円（税込）で、コーヒー、紅茶、ココア、カルピスの他、日替わりのお楽しみ飲み物も！

■日時：7/3（日）12:30～15:00

■場所：かがりの郷1階ダイルーム

■連絡先：090-3996-0071 井尻

■提供：認知症ケアを推進する会おれんじパートナー

■協力：富田林市社会福祉協議会、かがりの郷、第2ほんわかセンター

