



パーク通信

information

◆休館日 6月10日(水)
9月9日(水)
◆参加費はお釣りのない
ようにお願いします。

イベント申込方法

受付開始日：6月2日(火) 受付時間：10:00～16:00

中央公園 ☎079-565-3791 *電話・窓口どちらでも受付可 ◆イベント当日は、必ず開始10分前までにお越しください。

中央公園イベント information

1 おとなの絵本と紙芝居の部屋

7/13月・8/17月・9/28月
13:30～14:30頃 中央公園和室

対象：お子様～大人まで 当日参加/無料



お茶を飲みながら、絵本や紙芝居をのんびり楽しみましょう。
おひとりでの参加も大歓迎！
ゆったりとした雰囲気の中で、気楽におしゃべりしたり、楽しいゲームも！心も体も温まるひとときです。



2 親子浴衣レッスン

7/4土 10:00～12:00

対象：年齢制限なし、どなたでも 要予約

参加費：500円 定員：6名
持ち物：子どもの浴衣と帯、フェイスタオル3枚
講師：寺岡和子さん(きもの教室ろーず)
子どもの浴衣を可愛く着付ける方法をレクチャー！
今流行りのへこ帯の結び方や熱中症対策もお伝えします。*自分の浴衣を持参してください。



3 夏休みの宿題解決！ちょきん箱を作ろう！

7/26日 10:00～12:00

対象：子ども 要予約

参加費：1,000円 定員：8名
持ち物：絵の具、ボンド
講師：山中晃子さん(candloom)
夏休みの宿題に使える手作りちょきん箱を作りませんか？
お金が消えちゃう!?
ふしぎなオリジナルちょきん箱です。



4 夏休みの習字の宿題を仕上げよう！

7/28火 ①10:00～11:30
②13:00～14:30

対象：小1～中3 要予約

参加費：1,000円 定員：各8名
持ち物：書道道具、半紙20枚～、手ふき新聞紙(▲あれば)
講師：西岡春畦さん(楽しい書道教室はるのあぜ)
*お手本を書きます。学年・名前(ふりがな・漢字)を覚えてね。半紙と墨汁は当日購入可。道具のない方は申込時にお伝えください。



5 コキアのフラワーアレンジ飾り

7/10金・7/11土
10:00～11:00

対象：子ども、親子、大人 要予約

参加費：1,000円 定員：各5名
持ち物：園芸ばさみ、お手ふき、持ち帰り袋
講師：公園スタッフ



イメージ

6 アナベルのリース

7/17金・7/24金
10:00～11:00

対象：子ども、親子、大人 要予約

参加費：1,300円 定員：各5名
持ち物：園芸ばさみ、お手ふき、持ち帰り袋
講師：公園スタッフ



イメージ

アナベルは「西洋アジサイ」とも呼ばれています。

7 敬老の日のプレゼントに！フラワーアレンジ

9/18金・9/19土 公園のお花を使っアレンジ！
10:00～11:00

対象：子ども、親子、大人 要予約

参加費：850円 定員：各6名
持ち物：園芸ばさみ、お手ふき、持ち帰り袋
講師：公園スタッフ



イメージ

8 秋の寄せ植えとハロウィン飾り作り

9/25金・9/26土 要予約
10:00～11:30 対象：子ども、親子、大人

参加費：2,200円 定員：各5名
持ち物：園芸ばさみ、お手ふき、持ち帰り袋
講師：公園スタッフ



松ぼっくりで大きな



イメージ

9 足つばセルフケア

10/1木 10:00～11:00

参加費：1,000円 定員：10名 動きやすい服装でお越しください。

持ち物：バスタオル1枚、タオル1枚
講師：上川弘子さん(つぼバラ)

対象：大人

体の不調を自分で和らげよう！
足裏の反射区と一緒にケアします。



にこにこ絵本

大人の方も大歓迎!

7|1水・8|5水・9|2水 当日参加/無料

13:30 ~ 14:30頃 中央公園和室

対象: お子様~大人まで 講師: にこにこ絵本クラブ

公園サポーターによる絵本や紙芝居の読み聞かせ。季節の工作や遊びもあります。赤ちゃんも一緒にどうぞ!



園芸ボランティア募集

簡単な木の剪定できる方大歓迎!

7|9木・9|10木 駒ヶ谷運動公園

7|22水・9|30水 中央公園

9:00 ~ 10:00頃 7月、9月は夏時間

作業は主に「花壇のお世話」。スタッフのサポートで園芸知識もゲット! 終了後は「おしゃべりティータイム」。初対面でも、すぐお友達になれます!

<雨天中止・当日参加> 短時間の参加OK!
持ち物: タオル、手袋、帽子、園芸ハサミ等



中央公園「みどりの相談」

当日参加/無料

*緑の事なら何でもお気軽に!

7|22水・8|26水・9|30水 10:00 ~ 16:00

当日は電話でも相談できます。☎079-565-3791 *変更等はHPでお知らせします。

ゴマフェス!

多彩なスポーツプログラムがすべて無料で体験できる1日。

10|18日 9:30 ~ 16:30 駒ヶ谷運動公園

キッチンカー、物販も出店します!

第2回 Smile maruchē
Smile なつまつり
in 三田市中央公園

40店舗以上集まるよ♪

8|22土

(8|23日 予備日)

第2期 2026年度 市民スポーツスクールのご案内

申込期間: 7月9日(木) ~ 8月3日(月)まで

- ◆ 会場: 駒ヶ谷運動公園: フィットネススタジオ (親子体操・子どもスポーツ教室・スポーツ吹矢・シルバー卓球教室は体育館、かんたんシルバー体操は講座室)
- ◆ 受講料: 1講座 5,000円 (10回予定) ★いかなる場合も講座開講中での退会においてご返金は出来ません。
- ◆ 申込み: 駒ヶ谷運動公園 マシンジム受付 (マシンジムにある申込書に記入の上、お申込みください)
*親子体操、子どもスポーツ教室、スポーツ吹矢、シルバー卓球教室は体育館受付でのお申込み。
*親子体操は保護者1人につき子ども1人、親子の名前と子どもの年齢を記入しお申込みください。
*かんたんシルバーは第1希望、第2希望を記入してください。第1希望のみ記入の優先はなし。



LINE



Instagram

◆お問合せ

〒669-1324 三田市ゆりのき台1-44
駒ヶ谷運動公園マシンジム

☎079-559-1278 (直通)

*親子体操、子どもスポーツ教室
*スポーツ吹矢、シルバー卓球教室は
☎079-565-7288 (体育館受付)

◆9月9日は休館日、9月22日・23日
11月3日は祭日のためお休みです。

●応募多数の場合は抽選となります。

●8月7日に当選番号をHP「お知らせ」マシンジム前掲示板、公式ライン、インスタに掲示しますのでご確認ください。(電話で問合せは8月7日12:00以降)

●締め切り後、定員に達しないスクールは8月8日から随時受付します。

●新規・継続申込ともに1つのみ可能。前期最終日にマシンジム受付でお申込みください。

●教室開始2時間前の時点で警報が出ている場合、当日の教室を中止します。その際は予備日を設けておりませんので、予めご了承ください。その他やむを得ず教室を開催できない場合も同様。

	スクール名	開催日時	対象者
1	ヨガエクササイズ① 講師: 東	9月2日~11月18日 毎週水曜 11:15 ~ 12:45	18歳以上
2	ヨガエクササイズ② 講師: 東	9月2日~11月18日 毎週水曜 13:20 ~ 14:50	18歳以上
3	頑張るシルバー体操 講師: 芦田	9月3日~11月5日 毎週木曜 11:20 ~ 12:50	60歳以上 立位でのストレッチ・有酸素運動
4	かんたんシルバー体操① 講師: 城谷	9月1日~11月17日 毎週火曜 11:15 ~ 12:45	60歳以上 座位メイン、簡単な筋トレ、ストレッチ ZUMBA®GOLD
5	かんたんシルバー体操② 講師: 城谷	9月1日~11月17日 毎週火曜 13:15 ~ 14:45	60歳以上 座位メイン、簡単な筋トレ、ストレッチ ZUMBA®GOLD
6	シェイプアップ 講師: 網本	9月1日~11月17日 毎週火曜 11:15 ~ 12:45	18歳以上 ピラティス、コアトレ ストレッチ、有酸素運動
7	親子体操教室 講師: 上林	9月3日~11月5日 毎週木曜 15:15 ~ 16:45	年少~年長児とその保護者
8	子どもスポーツ教室 講師: 上林	9月1日~11月17日 毎週火曜 16:15 ~ 17:30	小学生 1年生~3年生
9	スポーツ吹矢 講師: 松永	9月3日~11月5日 毎週木曜 13:15 ~ 14:45	18歳以上 初心者向き
10	シルバー卓球教室 講師: 榎原 他	9月1日~11月17日 毎週火曜 10:00 ~ 12:00	60歳以上初心者・初級者向き

公園イベントについて



最新情報は
三田市都市公園
公式サイトで

- 1: お申込みは電話と窓口で承ります。
- 2: 定員のあるイベントは先着順です。*キャンセル待ち有り
- 3: イベント当日は開始10分前までに受付を済ませてください。
- 4: 園芸及びクラフトイベントのキャンセルは開催10日前より、
材料の引き取りと参加費支払いをお願いする場合があります。
材料手配の都合上、申し訳ありませんがご了承ください。

中央公園

三田市けやき台2丁目3番
TEL 079-565-3791

駒ヶ谷運動公園

三田市ゆりのき台1丁目4番
TEL 079-565-7288

駒ヶ谷運動公園 マシンジム 利用者募集!

1回チケット制だから
気軽にトレーニング。
スタッフのサポートも!

(問・申) ☎079-559-1278