

★ みんなの手で 私たちのまちを美しく！

クリーンキャンペーン

9/12^①



午前 8 時～10 時(小雨決行)

クリーンキャンペーンは、町内全域の道路や河川・水路・公園等の清掃を、みんなで行うことで、自然環境を守り、住みよい町にしていこうとするものです。住民の皆さんの参加をお願いします。

なお、大雨や河南町内で新型コロナウイルスの感染者が急増するなど、状況に変化が生じた場合は、中止する場合があります。

収 集 物

空き缶・空きビンなど

ごみ集積場所

各地区の指定集積場所

ご注意！

当日は、
家庭ごみを出さないで
ください。

新型コロナウイルス感染症対策について

- ・マスクの着用、咳エチケットの徹底等感染防止にご協力をお願いします。
- ・できる限り人と人との距離を確保するようにお願いします。
- ・発熱等の症状がある方は参加をお控えください。
- ・マスク着用により熱中症のリスクが高まるおそれがありますので、ご注意ください。
- ・外出先からの帰宅時には、手洗い・うがいを行いましょう。

主催：河南町

協賛：町区長会、町農業関係団体、かなん環境マイスター



⑦ クリスマスケーキを作ろう

«河南町産「いちご」を使ってホールケーキを作ります。»

- 【開催日時】 令和3年12月25日(土) 午前10時00分～12時00分
- 【場 所】 かなんぴあ 2階 調理室
- 【参加対象】 小・中学生及びその保護者
- 【定 員】 10組
- 【参加費用】 1組 1,000円(材料費)
- 【持ち物】 マスク、エプロン、三角巾 など



⑧ 【近つ飛鳥博物館共催】かなん文化財講座 (全4回)

テーマ「やきものから歴史をさぐる」

- 【開催日】 第1回 10/27(水) 「弥生時代から古墳時代初めの「やきもの」から食生活を探る
- 【内 容】 第2回 11/14(日) 「橿原市 新沢千塚古墳群を歩く(現地見学)」
- 第3回 1/26(水) 「「やきもの」からみた古墳時代」
- 第4回 2/16(水) 「近世の「やきもの」～武家屋敷のごみ穴から～」
- 【時 間】 第1・3・4回 午後2時～3時30分 第2回 午後1時～午後5時
- 【場 所】 府立近つ飛鳥博物館 地階講堂 ※2回目のみ博物館駐車場集合・解散
- 【参加対象】 一般成人 【定 員】 約20名
- 【参加費用】 1人 100円(保険代)
- 【持ち物】 マスク、筆記用具等 ※2回目は飲み物、帽子、動きやすい服装・靴

公民館を利用される皆さんへ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、次の事項を守り感染リスクを減少させるよう、ご協力をお願いします。

1. 手指消毒を行い、施設利用中は必ずマスクを着用してください。
2. 窓や出入り口を開け、定期的に換気をお願いします。
3. 「手をつなぐ」「お互いに密着する」等の行動を伴う活動は、避けてください。
4. 通常の会話でも一定量の唾液飛沫が発生します。十分な距離をとる等の対策をしてください。
5. 熱があったり、咳が出る等で体調の悪い方は、来館をご遠慮ください。

令和3年度 秋の公民館講座受講者募集

【申し込み】

下記の申込書に記入後、中央公民館窓口へ提出していただくか、
電話93-6222で受付けします。

※ 申し込みの受付は先着順となりますので、お早めに！

9月7日(火)午前9時～
申込み受付スタート

【参加対象者】

河南町在住、在勤、在学の方で各教室に記載している方

注 意 事 項

- ① 定員になり次第締切となります。
 - ② 定員に満たない場合、追加募集する場合があります。
 - ③ 受講生が少数の場合、開催しないことがあります。
 - ④ 開催日時・内容は都合により変更する場合があります。
 - ⑤ 公民館活動の記録、広報等に掲載のため、講座の写真を使用することがあります。
 - ⑥ 新型コロナウイルス感染症の拡大等、社会情勢により延期又は中止する場合があります。
- ※ 以上のことを了承の上、お申し込みください。



お申込み お問い合わせ

河南町立中央公民館(やまなみホール内)
☎ 0721-93-6222
受付時間 午前9時00分～午後5時00分
(月曜は休館。ただし月曜が祝日の場合は開館し、翌平日に休館します。)

《秋の公民館講座 申込書》



受付日：令和3年 月 日

希望講座 (希望講座に○印をつけてください)

① 石ころアート	② 子どもスケッチ教室	③ 岩橋山「巨石巡り」	④ 土器を焼こう	⑤ タマネギを育てよう
⑥ フラワーアレンジメント	⑦ クリスマスケーキ作り	⑧ かなん文化財講座		
保護者氏名(フリガナ)		住所(〒585-)		連絡先電話番号
参加者	氏名(フリガナ)		氏名(フリガナ)	
	年齢又は学年		年齢又は学年	
				受付



① 石ころアート

« いろんな形の石ころに、アクリル絵具を使って描きます。 »

【開催日時】 令和3年9月26日(日) 午前10時00分～12時00分

【場所】 町立中央公民館 工作室

【参加対象】 小学生 【定員】 15名

【参加費用】 1人100円(筆代)

【持ち物、服装】 マスク、汚れても良い服装 など



② 子どもスケッチ教室



« 河南町の棚田をテーマに平石地区内でスケッチをします。 »

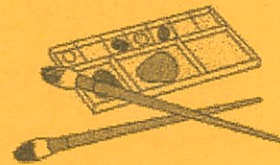
【開催日時】 **1日目** 令和3年10月2日(土) 午前9時30分～12時00分
2日目 令和3年10月30日(土) 午前10時00分～12時00分

【場所】 **1日目** 河南町平石地区内
(町立総合体育館駐車場 集合・解散 平石地区までマイクロバスで移動します。)
2日目 町立中央公民館 工作室

【参加対象】 小学生 【定員】 15名

【参加費用】 1人100円(保険代)

【持ち物】 マスク、汚れても良い服装、帽子、水筒 など



③ 岩橋山「巨石巡り」

« 久米の岩橋をはじめとする巨石や奇石をめぐる。 »

【開催日時】 令和3年10月31日(日) 午前9時30分～午後2時30分
(予備日) 令和3年11月21日(日)

【場所】 岩橋山
(町立総合体育館駐車場 集合・解散 平石地区までマイクロバスで移動します。)

【参加対象】 1時間程度の登山ができる方 【定員】 15名

【参加費用】 1人100円(保険代)

【持ち物】 マスク、弁当、水筒、雨具 など



④ 土器を焼こう



« 文化財発掘調査現場で採れた粘土を使って土器を野焼きします。 »

【開催日時】 1日目 令和3年10月23日(土) 午前10時00分～12時00分
2日目 令和3年11月27日(土) 午前9時～11時・午後4時～5時

【場所】 1日目 町立中央公民館 工作室 (土器の成形)
2日目 史跡 金山古墳公園 横の空き地 (野焼き)

【参加対象】 一般成人 【定員】 15名

【参加費用】 1人300円(保険代など)

【持ち物】 マスク、エプロン、粘土へら(あれば便利) など



⑤ ファーマーズかなんカレッジ『タマネギを育てよう!』

« 調理方法やジャンルもえらばずに美味しくいただけるタマネギを作りませんか。 »

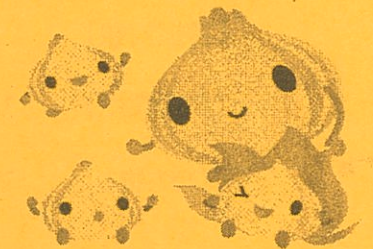
【開催日時】 令和3年11月13日(土)・20日(土)の2日間
午前10時00分～12時00分
※ 収穫は翌年4月頃です。草取り等は各自で都合の良い日をお願いします。

【場所】 史跡 金山古墳公園 横の畑
※ 史跡 金山古墳公園駐車場 集合

【参加対象】 家族や友人のグループ 【定員】 10組

【参加費用】 1人300円(保険代など)
その他、タマネギ苗、肥料等は実費負担

【持ち物】 マスク、軍手、長靴、水筒 など



⑥ フラワーアレンジメント

« 冬のカワイイインテリアアイテムとしてトピアリーを作ります。 »

【開催日時】 令和3年12月3日(金) 午前10時00分～12時00分

【場所】 町立中央公民館 工作室

【参加対象】 一般成人 【定員】 15名

【参加費用】 1人1,000円(材料費)

【持ち物】 マスク、花はさみ、エプロン など



新型コロナ



ワクチン接種情報

▽問い合わせ 健康づくり推進課健康管理係

9月号広報P.3で接種時間をお知らせしていますが、新型コロナウイルス感染症の新規陽性者が増加し、接種希望者が増えてきていることから、接種機会を確保するため、接種時間を拡大しています。最新情報は町ホームページまたはコールセンターなどでご確認ください。



▽町コールセンター TEL0570(080)992

新型コロナワクチン接種をお考えの 妊婦の方へ



妊娠中に新型コロナウイルスに感染しても、基礎疾患を持たない場合は、その経過は同年代の妊娠していない女性と変わりないとされています。

しかし、妊娠後期に感染すると、早産率が高まり、患者本人も一部重症化することが報告されています。妊娠中、授乳中の人、ワクチン接種することができます。日本で承認されているワクチンが妊娠、胎児、母乳、生殖器に悪影響を及ぼすという報告はありません。妊娠中の時期を問わず接種をおすすめします。

ご自身だけでなく、ご家族の方もぜひ接種をお願いします。厚生労働省では、ワクチンに関する情報をQ&Aとして発信しています。



秋の入会 キャンペーン!

もっと楽しく
もっと美しく
もっと健康に

申込当月または
翌月1日スタート者に
限ります。

初月度 月会費 ▶ 0円

期間 9/30 [木]まで

フィットネス会員のみのみ

※6ヶ月以内の再入会には特典適用いたしません。※特典適用には6ヶ月以上の在籍が条件となります。
※子ども水泳教室・ダンス教室・体操教室は適用外となります。

幅広い地域の方々からご利用いただいております。

安心して通う事が
できます!

運動を始めるならまずはお気軽に!

期間 9/30 [木]まで

1週間体験受付中!

マシンジム
スタジオ プール
1週間すべて
使い放題!

体験料 990円 (税込)

大人教室・子どもスクール

期間 9/30 [木]まで

1日授業内体験受付中!

体験料 550円 (税込)

※但し、ウクレレ教室/1,200円(税込)、フラダンス教室/800円(税込)となります。

かなんぴあのコロナ対策ガイドライン

- 施設の扉や窓の開放
- 出入口や館内各所に消毒液の設置
- マスクの着用
ご利用者・スタッフ
- 入館時の体調・体温の確認
- オゾンで空気を除菌&脱臭し
キレイな空間にします。

当施設としては、引き続き行政からのガイドラインに基づいた感染拡大防止に向けた対策を推進して参ります。何卒ご理解とご協力のほど、宜しくお願い申し上げます。

ウェルネス かなんぴあ

KANANIA

〒585-0014 大阪府南河内郡河南町大字白木1371

まずはお電話ください!

0721-90-4800

詳しくはホームページをご確認ください。 [かなんぴあ](#) 検索

■営業時間 / 【対策期間中】火～金 9:00～22:00 土・日・祝 9:00～19:00 【入会受付時間】火～金 9:30～20:30 土・日・祝 9:30～18:00
■定休日 / 毎週月曜 (月曜日が祝日の場合は翌平日が定休となります)

詳しくはコチラ

営業時間短縮のお知らせ ※詳しくはお問い合わせください。

通常営業時間 火～金 9:00～23:00
～コロナウイルス感染防止対策期間中～
火～金 9:00～22:00 とさせていただきます。

※土・日・祝は通常営業しております。
尚、緊急事態宣言の延長等、今後のコロナ状況により、営業時間に変更になる場合がございます。お客様にはご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力の程宜しくお願い致します。

無料駐車場 112台完備!

公共施設ならではの低価格帯!

なんと **2,610円** (税込) 月会費

65歳以上の方なら
全施設・プログラムも
利用できて

■大人会員種別 プログラムも参加できる会員制!利用時間内はいつでも利用可能!

種別	月会費	施設利用時間
レギュラー会員	5,230円(税込) ※河南町民以外の方は5,950円(税込)	【火～金】 9:00～22:00 コロナ 対策期間中
65歳以上・障がい者の方 レギュラー会員	2,610円(税込) ※河南町民以外の方は3,170円(税込)	【土・日・祝】 9:00～19:00
ナイト会員 平日・夜ご利用の方へおすすめ	3,850円(税込) ※河南町民以外の方は4,580円(税込)	【火～金】 20:00～22:00 コロナ 対策期間中
ホリデー会員 土・日・祝ご利用の方へおすすめ	3,850円(税込) ※河南町民以外の方は4,580円(税込)	【土・日・祝】 9:00～19:00

1回ずつのご利用もOK!

- 温水プール 大人 620円(税込)
- マシンジム 大人 520円(税込)

お得な回数券もあります!!
※詳しくはお問い合わせください。

※16歳以上の方が対象となります。(但し、高校生は利用可) ※プール・マシンジムの利用は、施設利用時間の30分前までとなっております。

最新の設備で快適フィットネス!

マシンジム



初心者の方、使い方がわからない方は、スタッフがしっかりサポートします。

スタジオ



脂肪燃焼プログラムや、ヨガなどのカルチャープログラムを楽しむことができます。

プール



のびのびと楽しめる本格温水プール(25m×5コース)。水温・水質のチェックを徹底して行っております。

リラックス



運動の後は気泡プールでリラックス。血行促進、美肌にも効果があります。

初心者でも楽しい豊富なプログラム

フラダンス



それぞれの方のレベルに合った指導で、初心者の方から上級者の方まで安心して始められます!

ズンバ



ラテン系のダンスと、フィットネス系の動きが合わさった「ダンスフィットネスプログラム」です。

シンプリーエアロ



基本動作で体力作りしながらエアロビクスに慣れるクラスです。

ボディアタック



効率よくカロリーを燃焼すると同時に引き締まった体形を作る全身ワークアウトです。

ボディコンパット



「キックボクシング」「空手」「太極拳」等の動作に音楽をミックスした新しいグループエクササイズ。

ボディパンプ



専用のバーベルを使ったスタジオワークアウトです。ウェイトを調節することで、初めての方でも安全に効果が得られます。

ヨガ



リラックスしやすい音楽の中でストレッチを行い疲労回復、柔軟性向上、ストレス発散!心身ともにリフレッシュ!

ボディバランス



伝統的なヨガ・太極拳・ピラティスなどを組み合わせ、音楽に合わせて行なうエクササイズです。

クロール初級



泳ぎの基礎であるクロールの腕と足の動作を練習します。

アクアジョギング



水中をただ歩くだけでなく、ヒザを高く上げて歩いたり、体のさまざまな部位を鍛えることができます。

その他多数プログラムがございます。詳しくはお問い合わせください。

ココロとカラダを育む子どもスクール

スイミングスクール

スイミングスクールは初心者から上級者まで年齢と体力に応じた段階別指導をいたします。



月額料金 町内 5,440円 町外 5,760円

クラス	対象	曜日	時間
幼児	3歳～ 小学2年生	火・金	15:30～16:45
		水	14:45～16:00
		土	10:00～11:15 16:00～17:15
児童 上級	5歳～ 中学生	火・金	16:45～18:00
		水	16:00～17:15 17:15～18:30
		土	11:15～12:30 12:30～13:45 17:15～18:30

ダンススクール

音楽に合わせて柔軟体操などの、ウォーミングアップを行います。ダンスの基本である、音楽に合わせてリズム練習や、振り付け練習!いろいろな曲を使って楽しくおこないます。



月額料金 町内 町外 共に 4,950円

クラス	対象	曜日	時間
低学年クラス(4歳～)	水	火	16:00～17:00
高学年クラス		土	17:15～18:15

体操教室

子どもたちの、心とからだの調和をはかり、豊かな人生を歩む基礎づくりとなる体育・スポーツ教室。



料金 町内 町外 共に 8,250円

クラス	対象	曜日	時間
キンダー	4歳～ 小学2年生	火	16:00～17:00
		土	10:00～11:00
ジュニア	小学 1年生～	火	17:15～18:15
		土	11:15～12:15

■その他有料教室も実施!

対象 16歳以上 ※下記は8月・9月度の内容となります。回数と料金については期によって変動いたします。詳しくはお問い合わせください。

太極拳(初級)

全7回/2ヶ月

曜日	クラス	初級	13:00～13:30
木曜日	中・上級	13:00～14:00	

料金 初級 会員 3,300円 会員外 5,500円
中・上級 会員 4,950円 会員外 7,150円

卓球教室

全7回/2ヶ月

曜日	時間
木曜日	13:30～15:00
土曜日	9:15～10:45 11:00～12:30

料金 会員・会員外 3,850円

ヨガ教室

全7回/2ヶ月

曜日	水曜日
時間	9:30～10:50

料金 会員 4,950円 会員外 7,150円

書道教室

全2回/1ヶ月

曜日	第2・4火曜日	時間	9:30～11:30
----	---------	----	------------

※変更あり
料金 会員・会員外 2,200円

ウクレレ教室

全4回/2ヶ月

曜日	第1・3火曜日	時間	13:30～14:30
----	---------	----	-------------

※変更あり
料金 会員・会員外 4,800円

フラダンス教室

全6回/2ヶ月

曜日	火曜日	1ヶ月目(第2・3・4週目) / 2ヶ月目(第1・2・3週目)
時間	11:00～12:00	※変更あり

料金 会員 4,800円

1日授業内体験実施中 体験料 550円 (税込)

※但し、ウクレレ教室/1,200円(税込)、フラダンス教室/800円(税込)となります。各スクール・教室体験のご予約はお電話でも申し込みいただけます。お気軽にどうぞ!

※Pay-easy(ペイジー)サービスとは、金融機関への届出印鑑の代わりに該当のキャッシュカードにより口座振替のお申し込みができる大変便利なサービスです。尚、金融機関、お時間には一部ご利用の制限がございます。事前に施設へお問い合わせください。

●フィットネス会員は16歳以上の方が対象となります(但し、高校生は利用可)。●1回ずつご利用・お支払いいただける都度利用制度もございます。●月会費は自動引き落としとなります(一部お取り扱いはできない金融機関もございます)。●ご入会手続きには、運転免許証、保険証、パスポート、特別永住者証明書のいずれか(「氏名」「住所」「生年月日」)のご本人確認ができる証明書)をお持ち願います。また、20歳未満の方がご入会の場合には、保護者の方が申込人となり、保護者の方の公的証明書の提出が必要となります。●スイミングスクールのみ体制度があります。●イベント等により時間を変更する場合がありますので館内掲示にてご案内いたします。 ※表示価格は全て税込価格となります。

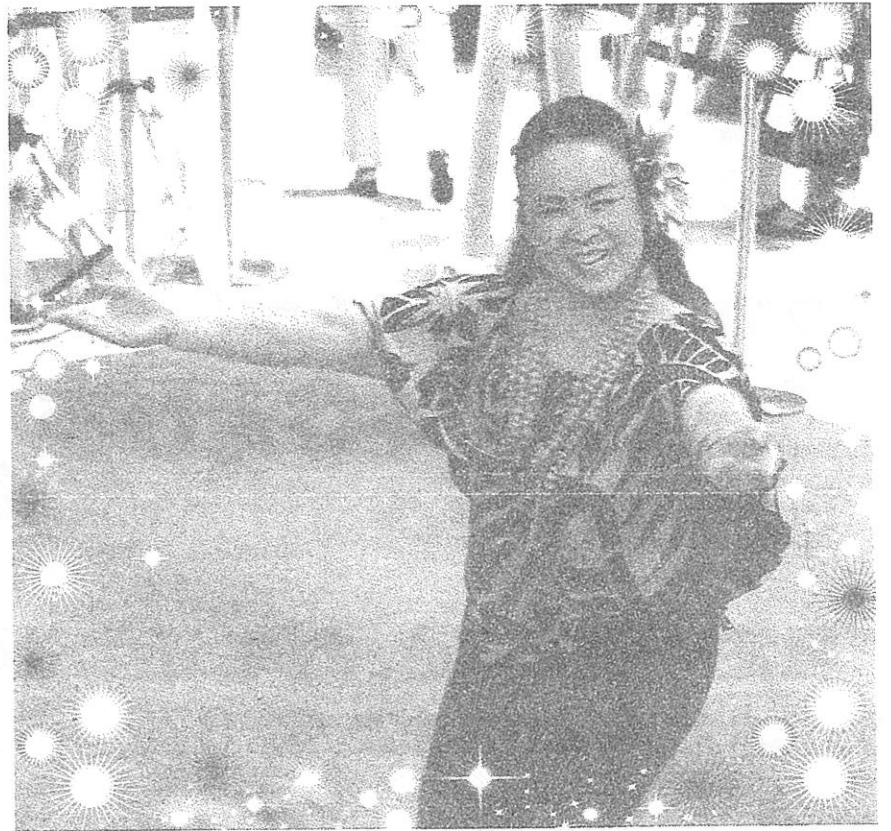
ご入会時に必要なもの		
月会費2ヶ月分 16日スタートの場合1.5ヶ月分	会員証発行料 1,650円(税込)	公的証明書 (運転免許証・保険証等)
銀行・郵便局の通帳	左記通帳届出印鑑もしくは キャッシュカード	

フラダンス教室 生徒募集中

フラダンスはじめませんか！
ウェルネスかなんぴあ
にて開講中！！

教室・体験の申込、お問い合わせは、
ウェルネスかなんぴあまで ☎ 0721-90-4800

- 📅 日程：8月～9月度(全6回) 8/17, 8/24, 8/31, 9/7, 9/14, 9/28
※途中入会受付可！
- 10月～11月度(全6回) 10/12, 10/19, 10/26, 11/2, 11/9, 11/16
- 12月以降：2ヶ月1クール(全6回) 初月 第2.3.4 火曜日
次月 第1.2.3 火曜日
- 今後の新型コロナウイルス感染状況によってはスケジュールが変更される可能性がありますこと、予めご了承下さい。
- 📅 各火曜日 11:00～12:00
- 📅 全6回(10月～11月分) ¥4,800-(税込) ※申込開始日 9/28(火)～
- 📅 体験レッスン(1回) ¥800-(税込) ※随時受け付けております。
- 📅 もちもの：動きやすい服、タオル、水分補給できるもの
(パウスカートをお持ちの方はご持参ください)
- 📅 コロナウイルス感染防止のため、マスク着用でご来館いただきますよう、お願いいたします。



講師：カフリ
2003年から日本のフラダンスを教わり
2009年にフラダンス教室を開講。
現在も多くの場所でスクールを開講している。

明るく楽しく和やかな雰囲気の中
かなんぴあのスタジオでハワイの文化
フラダンス一緒に踊ってみませんか？
みなさまのご参加お待ちしております！

ウクレレ教室 生徒募集中

ウクレレはじめませんか！
ウェルネスかなんぴあ
にて開講中！！

教室・体験の申込、お問い合わせは、
ウェルネスかなんぴあまで ☎ 0721-90-4800

- ◆ 日程：8月～9月度(全4回) 8/17, 8/31, 9/7, 9/28
※途中入会受付可！
- 10月～11月度(全4回) 10/5, 10/19, 11/2, 11/16
- 12月以降：基本 第1.3 火曜日
- 今後の新型コロナウイルス感染状況によってはスケジュールが変更される可能性がありますこと、予めご了承下さい。
- ◆ 各火曜日 13:30～14:30
- ◆ 全4回(10月～11月分) ¥4,800-(税込) ※申込開始日 9/28(火)～
- ◆ 体験レッスン(1回) ¥1,200-(税込) ※随時受け付けております。
- ◆ もちもの：ウクレレ・チューナー(初回無くても可)
(ウクレレをお持ちで無い方は貸し出しががございます)
- ◆ テキストなどはこちらでご用意します。
- ◆ コロナウイルス感染防止のため、マスク着用でご来館いただきますよう、お願いいたします。



講師：田中奏之介(ウクレレアーティスト)

大阪芸術大学 芸術学部 音楽学科 ポピュラー音楽コース ベース専攻 卒
2019年1月 ウクレレパフォーマンスコンテスト Happy賞 受賞
2020年7月 NHK奈良放送局「ならナビ」にて取材していただき、特集が放送される。
2020年8月 NHK大阪「ぐるっと関西」にて特集が放送される。

楽しくウクレレを弾きながら
つかのまの音楽の時間を味わいませんか？
ウクレレ初心者からでもはじめられる教室
となっております。

気になる方は是非体験レッスンへお越しください！