

長居パークセンターだより 02-04<http://www.nagai-park.jp>

サギソウの栽培管理と植付け方

サギソウを植付け、温度・湿度管理、栽培方法を学びます。可憐な花を咲かせてみませんか。



日 2月18日(火)
時 13:30～15:30
場 花と緑と自然の情報センター 1階セミナー室
講 大槻 勝治
 (花と緑と自然の情報センター みどりの相談員)
¥ 1,500円 **員** 24名
申 1月18日(土)～

長居公園フォトクラブ写真展

長居公園友の会 写真投稿で選ばれた今月の1枚 約10点を展示します。

日 2月18日(火)～3月2日(日)
場 花と緑と自然の情報センター 1階
¥ 無料

長居植物園 春の草花展

色とりどりの草花を展示スペースいっぱいに飾ります。咲き誇る春の息吹を感じながら、心あらぐひとときをお過ごしください。



日 2月22日(土)～3月9日(日)
場 花と緑と自然の情報センター 2階アトリウム
¥ 無料

シャコバサボテンの栽培管理と植付け方

温度や湿度など栽培管理を学び、来年の冬にも美しい花を咲かせましょう。



日 3月18日(火) **時** 13:30～15:30
場 花と緑と自然の情報センター 1階セミナー室
講 東野 清
 (花と緑と自然の情報センター みどりの相談員)
¥ 無料 **員** 70名
申 2月18日(火)～

ボタン展

赤紫・桃色など、色とりどりの豪華な大輪の花々を落ち着いた雰囲気の中でゆっくりとご覧ください。



日 4月11日(金)～20日(日)
場 2階 アトリウム

ラン類の植替え

シンビジウム、コチョウラン、デンドロビュームなど、洋ラン類の植替えについてお話します。

日 4月15日(火) **時** 13:30～15:30
場 花と緑と自然の情報センター 1階セミナー室
講 東野 清
 (花と緑と自然の情報センター みどりの相談員)
¥ 無料 **員** 70名
申 3月15日(土)～

長居スポーツクラブ
第3期 スクール生募集情報

● フラダンススクール

日 木曜日 **時** 19:30～20:30(月2～3回)
場 キンチョウスタジアム(長居球技場)会議室
対 15歳以上
員 15名程度
¥ 事務局にお問合せください。
 (見学無料。初回に限り1回1,000円で体験していただけます。)



● 親子リトミックスクール

日 火曜日 **時** 10:45～11:30(月2回程度)
場 キンチョウスタジアム(長居球技場)会議室
対 1歳～3歳(保護者方同伴で受講となります。)
員 15組程度
¥ 事務局にお問合せください。
 (見学無料。初回に限り1回600円で体験していただけます。)



● ヨーガスクール

日 水曜日 **時** ①10:30～12:00 / ②15:30～17:00 / ③19:00～20:30
場 キンチョウスタジアム(長居球技場)会議室
対 15歳以上
員 ①～③ともに15名程度
¥ 事務局にお問合せください。
 (見学不可。初回に限り1回1,000円で体験していただけます。)



● バトミントンスクール

日 土曜日 **時** 16:00～17:00
場 キンチョウスタジアム(長居球技場)南練習室
対 キッズコース(4歳～小学生)
員 20名程度
¥ 事務局にお問合せください。
 (見学無料。初回に限り1回500円で体験していただけます。)



● 相撲教室

日 日曜日 **時** 10:00～12:00(月2回)
場 長居相撲場
対 小学生・中学生の男女
員 30名程度
¥ 1,000円/月
 (見学無料。初回に限り1回500円で体験していただけます。)
☎ 06-6691-2521
 (長居スポーツクラブ事務局)



長居パークセンター TEL 06-6694-9007 FAX 06-6696-7405

- 開館時間 9:00～17:30 ●休館日 年末年始(12月28日～1月4日)
- 所在地 〒546-0034 大阪市東住吉区長居公園1-23 花と緑と自然の情報センター内
- アクセス 地下鉄御堂筋線「長居」駅下車3号出口東へ約800m/JR阪和線「長居」駅下車東出口東へ約1,000m

■長居植物園 TEL:06-6696-7117 ●開園時間 9:30～17:00(最終入園16:30)ただし11月～2月は16:30(最終入園16:00)
 ●入園料 200円(中学生以下、大阪市内在住の65歳以上、障がい者の方は無料(要証明書提示))
 ■花と緑と自然の情報センター(展示会、講習会などに関する問合せ) TEL:06-6694-8788 ■みどりの相談コーナー TEL:06-6697-7856
 ■長居陸上競技場 TEL:06-6691-2500 ●開館時間 9:00～21:00 ■長居庭球場 TEL:06-6698-1235 ●利用時間 9:00～21:00
 ■長居トレーニングセンター TEL:06-6699-8885 ●利用時間 火～土 9:00～21:00(最終受付20:30) 日・祝 9:00～17:30(最終受付17:00)
 ■長居プール TEL:06-6609-1580 ●利用時間 9:00～20:30(最終入場20:00)
 ※上記の休館日/月曜日(休日の場合は翌日)、年末年始(12月28日～1月4日) 庭球場のみ1月3日まで
 指定管理者: 長居公園スポーツみどり振興グループ
 構成員: (一財)大阪スポーツみどり財団 美津濃(株) 三菱電機ビルテクノサービス(株)

日 実施日時 **時** 時間 **場** 場所 **対** 対象 **員** 定員 **¥** 費用(特に記載のないものは無料、ただし入館料が必要なものもあります) **申** 申し込み **☎** 電話 **講** 講師

第3期市民レクリエーションセンター
スポーツ教室ただいま開催中!Join!
参加しよう

市民レクリエーションセンターでは、大阪市内の小・中学校および高等学校の体育館等を利用して、市民の皆さんに気軽にスポーツを楽しんでいただけるように、各種スポーツ教室を開催しています。各教室には指導員がいますので、始めてのかたにもレベルに応じ指導します。※期の途中からの参加も可能です。(一部の教室を除く)

日 種目、開催場所により異なります。
 詳しくはお問い合わせください。
時 19:00～20:30
場 市内27カ所
 (小・中学校及び高等学校の体育館等)
対 15歳以上
 (中学生のぞく)
問 (一財)大阪スポーツみどり財団
 スポーツ振興課
☎ 06-6577-5269
HP <http://osgf.or.jp>

● ヨガ



● バドミントン

春までアイススケートを楽しめます!
～大阪プールアイススケート場～

大阪プールアイススケート場は4月13日(日)まで営業します! 八幡屋公園でお花見の帰りに、アイススケートなんていかがですか? また、毎月第4土曜日は1回券が半額になる、半額DAYを実施しています。ぜひ遊びに来てください!!

日 ～4月13日(日)
時 9:00～19:00(最終受付18:15、最終滑走18:45)
 休館日/月曜日(不定、その日が休日に当たるときはその翌日)
 ※施設点検・専用使用等のため、利用できない日または時間がありますのでご了承ください。
¥ 1回券/大人(16歳以上65歳未満)……………1,400円
 高齢者(65歳以上)・子ども(16歳未満)……………800円
 観覧料(スケート教室見学・専用使用時は不要)……………200円
 ※6歳未満と障がい者(介護者を含む)は無料。
 ただし、6歳未満の幼児は保護者(16歳以上)の同伴が必要(保護者1名につき幼児2名まで)
 ※その他回数券や団体割引など、割引制度あり。
 スケート貸し靴:1日400円(15cm～30cm)

長居スポーツクラブ
第8回長居バドミントン交流大会Join!
参加しよう

長居スポーツクラブバドミントンスクール生とバドミントン愛好者との交流大会を開催します。

日 3月16日(日) **申** お電話にて 2月28日(金)まで(先着順)
問 長居スポーツクラブ **☎** 06-6691-2521

■ オリンピアンによるワンポイントレッスン

バルセロナオリンピックに出場された岩城ハルミさんをお迎えし、ワンポイントレッスンをさせていただきます。

時 9:30～12:00 **員** 60名(先着順)
対 4歳以上なたでも
¥ 500円(傷害保険料含)



■ 男女混成団体戦

時 12:50～18:00
対 80名(先着順)
員 高校生以上のバドミントン愛好者
¥ 1,000円(傷害保険料含)



■ 半額DAYの開催
日 2月22日(土)、3月22日(土)
¥ 1回券/大人……………1,400円→700円
 高齢者・子ども……………800円→400円
 観覧料、スケート貸し靴及び団体割引はありません。
問 大阪プール
☎ 06-6571-2010 **FAX** 06-6571-2023

📺 今号のプレゼント

大阪市長杯2013世界スーパージュニアテニス選手権大会男・女シングルス優勝者サイン入りシャツ(各1名様)をプレゼントいたします。ご希望の方は、ハガキに①お名前、②郵便番号、③住所、④年齢、⑤冊子の入手場所、⑥「スポ・みど」のご感想を記入の上、下記までお送りください。
迄 〒552-0005 大阪市港区田中3丁目1番40号
 一般財団法人 大阪スポーツみどり財団 「スポ・みど」23号 プレゼント係

締 2014年3月13日(水) 必着
 ※当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。
 ※ご記入いただいた個人情報は、プレゼントの発送のためのみに利用させていただきます。

「スポ・みど」は最新号・バックナンバーともにホームページでもご覧いただけます。
HP <http://www.osgf.or.jp/spomido>

日 実施日時 **時** 時間 **場** 場所 **対** 対象 **¥** 費用(特に記載のないものは無料、ただし入館料が必要なものもあります) **締** 締切(特に記載のないものは必着) **応** 応募
☎ 電話 **HP** ホームページ **問** 問合せ **員** 定員 **講** 講師 **申** 申し込み

みなさまからの
おたより

たくさんのおたよりをありがとうございます。一部をご紹介します。

- ✓ 体力・健康には日頃気を配っています。「スポ・みど」を読むことでそのモチベーションを維持しています。22号のフィットネス特集は体のかたい私にはgoodでした。(M.H)
- ✓ 初めて手にしました。どうしても運動不足になりがちのところ、貴誌を手にし、「スロージョギング」のことを知りました。本当に体に自信のない人にもいいですね。私もこれに習って、スロージョギングを始めます。(A.T)

環境への取組みについて

一般財団法人 大阪スポーツみどり財団では、当財団の事業活動が環境に与える影響の中で、特に省資源、省エネルギー、リサイクルの促進及び様々な提案活動等に重点を置き、環境負荷の低減並びに環境汚染の予防に努めています。