

区民センターのコミュニティ教室 受講生募集

コミュニティ協会では、9月から始まる各種教室の受講生を募集します。

和やかな雰囲気の中、初心者の方も経験者の方もふるってご参加ください。

いずれの講座も、先着順で定員になり次第締め切ります。

パソコン教室

【ワードステップアップコース】

とき 10月16・23・30日 11月6日
毎週金曜日 午後1時～3時 全4回

定員 15名

受講料 3,800円(テキスト代含む)

対象 電源の入切・マウスの扱い方・文字の入力など基本操作のできる方

準備 筆記用具・USBメモリ(1GB程度)

指導 コミュニティスタッフ 桑島 璋江さん

【カレンダーづくりコース】

とき 10月21・28日 11月11・18日
毎週水曜日 午後1時～3時 全4回

定員 15名

受講料 3,000円(材料費込み)

対象 電源の入切・マウスの扱い方・文字の入力など基本操作のできる方

準備 筆記用具・USBメモリ(1GB程度)

指導 コミュニティスタッフ 桑島 璋江さん

リズム健康体操教室

とき 9月30日～平成22年1月6日
毎週水曜日午前 10時～11時30分
全10回 (10/14、11/4・25、
12/23・30はお休みです。)

定員 50名(申込み順)

費用 4,000円(傷害保険料を含む)

準備 運動できる軽装・大判タオル

指導 リビング健康体操連盟トレーナー
保呂 敬子さん

ヨガ教室

とき 10月1日～12月10日
毎週木曜日(11月5日はお休み)

午前10時～11時30分 全10回

定員 50名(申込み順)

費用 4,000円(傷害保険料を含む)

※別途テキスト代500円

準備 運動できる軽装・大判タオル

指導 プレマ・サット・サンガ

専属講師 桶谷 里香さんほか

太極拳教室

とき 10月1日～12月10日
毎週木曜日(11月5日はお休み)
午後2時～3時30分 全10回

定員 40名(申込み順)

費用 5,000円(傷害保険料含む)

準備 運動のできる軽装、上靴(靴底の薄いもの)

指導 NPO法人大阪太極拳協会 柴田 光子さん

押し花教室

とき 10月6日 11月3日 12月1日
平成22年1月19日 2月2日 3月2日
午後1時30分～3時30分 全6回

定員 20名(申込み順)

費用 2,500円(教材費は別途必要となり、
月によって変わります)

準備 ペーパーボンド、ピンセット、工作バ
サミ、筆記用具

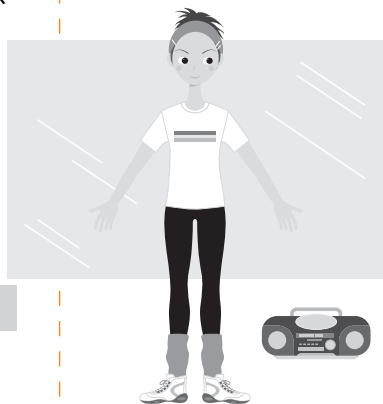
指導 日本レミコ押花学院 吉村 栄さん

茶道教室

とき 10月3・17日 11月14・21日
12月5・19日 午前10時～正午

定員 20名(申込み順)

費用 4,500円(点茶・菓子代を含む)



ゆっくりほのぼのバドミントン教室 (中高年者向けバドミントン教室)

ゆっくり、楽しくバドミントンで健康アップ!!

とき 10月6、20、27日 11月17日
12月1、8、15、22日 いずれも火曜日
午後7時～9時 全8回

ところ 浪速区民センター ホール

定員 20名(申込み順) **費用** 4,000円(傷害保険料含む)

準備 バドミントンラケット(お持ちの方)

指導 大阪市役所バドミントン協会 参与 植本 氏

参加者大募集! 「水と歴史の都 大阪ウォーク」

大阪城を中心に、海の御堂筋〈中之島及びベイエリア〉や熊野古道を中心とする旧街道を旅する都市型としては日本最大の『ウォーキング』イベントを開催します。

大阪の水と歴史に親しんで、大阪のまちを再発見しませんか!!

とき 10月10日(土)・11日(日)

ところ 大阪城公園 西の丸庭園 特設会場(当日はウォーキング以外のイベントも盛りだくさんです)※一部のコースで集合地が異なります。

コース 3km～40kmの10コース程度をご用意しており、水と歴史に関わる、市内の見所に行く魅力的な行程です。

参加費 ※8km以上のコースの場合 大人 当日2,000円、
中・高生 当日1,000円、小学生以下無料
8km以上は、この料金で2日ともご参加いただけます。

※5km以下のコースの場合、
大人、中・高生 500円、小学生以下無料
*小学生以下は保護者同伴

問合せ 大阪ウォーク事務局

☎6232-1601 FAX 6232-1102

ホームページ <http://www.osakawalk.jp>



2009 浪速区民文化祭 ～生涯学習フェスティバル～

出演者・作品出展を募集します

とき 11月8日(日) 午前11時～午後4時

ところ 浪速区民センター

対象 区内在住在勤のグループ、サークル活動をされている方

舞台出演 ホール内舞台または、屋外ミニステージ
出演時間は10分以内。

作品展示 ジャンルは問いません。展示用に表装、額入り等で出展してください。搬入、展示、撤去は出展者をお願いします《個人出展も可》。

コミュニティ教室・バドミントン教室・区民文化祭の申込み・問合せ

直接または電話で、浪速区コミュニティ協会まで。

〒556-0023 浪速区稲荷2-4-3 浪速区民センター内
☎6568-2171 FAX 6568-3171

【休館日】月曜日及び祝日の翌日は休館

[月曜日が祝日の場合は開館し、翌火曜日と水曜日がお休みとなります。]