

新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となる場合があります。お出かけの前に開催状況をご確認ください。



# 施設だより

## J:COM中央区民センター

申込先・問合せ 久太郎町1-2-27 ☎6267-0201  
HP <https://www.osakacommunity.jp/chuo/>



### 区民ギャラリー

期間	内容	出展団体
3月8日(月)～3月19日(金)	手芸・クラフト・書道など	大阪市生涯学習推進員中央区連絡会
3月22日(月)～4月2日(金)	水彩画	ひよこ会

### 大人のチアダンス教室(体験講座)

楽しいチアダンスで体幹を鍛え、健康づくりやけがの防止に役立てましょう。今回は体験講座ですが、本講座は4月により開講予定です。

**とき** 3月22日(月) 10:30～12:00  
**対象** どなたでも **費用** 無料  
**準備物** 動きやすい服装(サンダル不可)、飲み物(水分補給用)  
**定員** 30名(要申込・先着順)  
**申込み** 電話・窓口にて

### 人形劇フェスティバル～online～

皆様が楽しみにしてくださっている人形劇フェスティバル、今年はオンラインで開催いたします。ご家族そろってお楽しみください。

**とき** 3月1日(月)～ **費用** 無料  
右記のQRコードから直接ご覧いただけます。



QRコードが読み込めない方は、(一財)大阪市コミュニティ協会 中央区支部協議会のホームページから特設ページにお入りください。  
HP <https://www.osakacommunity.jp/chuo/>

### 小学生ヒップホップ教室

**とき** 4月5日・12日、5月10日・17日、6月7日・14日 18:00～19:30(月曜日 全6回)  
**ところ** 中央会館 (申込みはJ:COM中央区民センターにて受付)  
**対象** 小学生  
**講師** RIKA'S先生(フリーウェイダンススタジオ所属)  
**費用** 3,600円(全6回分)  
**準備物** 動きやすい服装、運動靴または上履き(サンダル不可)、水分補給用の飲み物、汗拭き用タオル ※靴はサイズの合ったものを着用してください。  
**定員** 30名(要申込・先着順)  
**申込み** 電話・窓口にて

### 南老人福祉センター

申込先・問合せ 島之内2-12-6 ☎6213-2172

### 懐かしい名曲レコードコンサート

懐かしい音楽を聴きながらリフレッシュしませんか!  
**とき** 3月17日(水) 10:00～11:00  
**対象** 市内在住の60歳以上の方  
**出演** 北澤 望夢先生(したらパーソナルケア代表)  
**費用** 無料 **定員** 20名(要申込・先着順)  
**申込み** 窓口・電話にて受付  
**締切り** 定員になり次第終了

### 中央会館

申込先・問合せ 島之内2-12-31 ☎6211-0630

#### 健康づくりカラオケ教室

**とき** 4月8日・22日、5月6日・13日・20日、6月3日・17日・24日 10:00～12:00(木曜日 全8回)  
**講師** 柴田 喜四雄先生  
**費用** 4,800円(全8回分)体験参加800円/1回  
**定員** 20名(要申込・先着順) **申込み** 電話・窓口にて

#### 健康 太極拳教室

**とき** 4月8日・22日、5月6日・20日・27日、6月10日・24日、7月8日・15日・29日 18:30～20:00(木曜日 全10回)  
**講師** 橋本 誠先生、橋本 三恵先生  
**費用** 6,000円(全10回分・傷害保険料含む)体験参加800円/1回  
**準備物** 運動のできる服装、飲み物(水分補給用)、タオル  
**定員** 30名(要申込・先着順) **申込み** 電話・窓口にて

#### 体幹トレーニング&らくらくウォーキング教室

**とき** 4月13日・20日・27日、5月11日・18日・25日、6月1日・8日・15日・22日(火曜日 全10回)  
①体幹トレーニング 13:30～15:00  
②ウォーキング教室 15:30～17:00

**対象** ①女性のみ ②どなたでも  
**講師** 樋口 美愛先生  
**費用** ①②各6,000円(全10回分・傷害保険料含む)  
**準備物** 運動のできる服装、飲み物(水分補給用)、タオル  
**定員** ①②各30名(要申込・先着順) **申込み** 電話・窓口にて

#### フラダンス教室

**とき** 4月9日・23日・30日、5月14日・28日、6月11日・25日、7月9日・16日・30日 13:30～15:00(金曜日 全10回)  
**対象** 辻 節子先生  
**講師** 6,000円(全10回分・傷害保険料含む)  
**準備物** 運動のできる服装、飲み物(水分補給用)、タオル  
**定員** 30名(要申込・先着順) **申込み** 電話・窓口にて

### 東老人福祉センター

申込先・問合せ 農人橋1-1-6 ☎6941-7719

#### 認知症は怖くない!備えと暮らし

**とき** 3月18日(木) 14:00～15:00  
**対象** 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要です)  
**講師** 中央区北部地域包括支援センター・中央区オレンジチーム 職員  
**費用** 無料 **定員** 20名(要申込・先着順)  
**申込み** 電話・窓口にて **締切り** 定員になり次第終了

### 中央区社会福祉協議会 ふれあいセンターもも

申込先・問合せ 上本町西2-5-25 ☎6763-8139 FAX 6763-8151 Email [chuo-tiiki-katudow@shakyo-osaka.jp](mailto:chuo-tiiki-katudow@shakyo-osaka.jp)

#### はじめてのボランティア体験～エコキャップ分別をしてみよう!～

エコキャップ活動をご存知ですか?地域内から集めたペットボトルのキャップを洗い、色別に分けて団体を通してワクチンに変えていく活動です。毎月ボランティアさんに取り組んでもらっています。家族やご友人と一緒に!何かはじめてみたいな...という方はぜひご参加ください!

**とき** 3月27日(土) 13:30～15:30  
**内容** エコキャップの分別、キャップで作品をつくろう!  
**ところ** 中央区社会福祉協議会(中央区上本町西2-5-25)  
**対象** 子どもから大人まで興味のある方どなたでも  
**定員** 6名(要申込・先着順)  
**締切り** 3月19日(金)



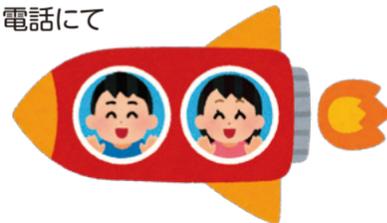
ボランティアで作成したキャップ作品

### 中央区子ども・子育てプラザ

申込先・問合せ 島之内2-12-6 ☎6213-2171

#### 出張ひろば「あおぞら科学教室&手作りおもちゃ」

**とき** 3月24日(水) ※雨天中止  
①科学教室(ロケットはなぜ飛ぶの?) 14:00～14:40 / 15:00～15:40  
②手作りおもちゃ14:00～16:00 ※1組30分まで  
**ところ** もりのみやキューズモールBASE 1階BASEパーク (森ノ宮中央2-1-70)  
**対象** ①小学生のみ ②乳幼児親子・小学生  
**定員** ①各回10名(事前申込制) 3月10日(水)～申込み  
②手作りおもちゃ20組(先着順)  
**申込み** 電話にて



### 島之内図書館

申込先・問合せ 島之内2-12-31 ☎6211-3645

#### 開館時間のお知らせ

**開館時間** 火～金(第3木曜日は休館日) 10:00～19:00  
土日・祝休日 10:00～17:00

#### 図書展示「このミステリーが面白い!」展

最近出版された国内・海外の話題のミステリー小説を集めて展示し、貸出します。ミステリー小説が大好き!という方も、読んだことがない方も、この機会にぜひご覧ください。  
**期間** 3月19日(金)～5月19日(水)



#### 移動図書館まちかど号

**とき** 3月20日(土) 10:00～11:10  
**ところ** 大阪市文化財協会難波宮調査事務所(法円坂1-6)

問合せ 中央図書館自動車文庫 ☎6539-3305

