

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    |
|-----------------------|-------------|---------|
| 4月5日(月)～<br>4月16日(金)  | 水彩画         | ひよこ会    |
| 4月19日(月)～<br>4月30日(金) | 日本画・<br>水彩画 | 日本画サークル |

#### 大人のチアダンス教室

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。

**とき** 4月12日・19日・26日、  
5月17日・24日・31日、  
6月7日・14日・21日・28日  
10:30～12:00(月曜日 全10回)

**ところ** 中央会館 **対象** 女性

**費用** 6,000円(全10回分)

**準備物** 動きやすい服装、足に合った運動靴(サンダル不可)、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

#### 着付け教室

**とき** 4月8日・15日・22日、  
5月13日・20日・27日、6月3日・10日  
18:30～20:30(木曜日 全8回)

**ところ** 中央会館 **費用** 8,000円(全8回分)

**準備物** 足袋、裾よけ、肌襦袢(ワンピース式でも可)、タオル3枚、腰ひも5本、衿芯、伊達締め2本、コーリンベルト、帯、帯揚げ、帯締め、帯板、長襦袢、着物

**定員** 7名(要申込・先着順) **申込み** 電話・窓口にて

#### 太極拳式ストレッチ教室

**とき** 4月6日・13日・20日・27日、  
5月11日・18日・25日、  
6月1日・8日・15日・22日・29日  
18:15～19:45(火曜日 全12回)

**ところ** 中央会館 **対象** どなたでも

**講師** 加嶋 敏克先生

**費用** 7,200円(全12回分)

**準備物** 動きやすい服装、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

#### 親子リトミック教室

**とき** 4月24日、5月29日、6月26日、  
7月31日、8月28日、9月25日  
10:30～11:15(土曜日 全6回)

**ところ** 中央会館

**対象** 令和3年4月1日現在満1歳～3歳のお子様と保護者

**講師** 三輪 真子先生

**費用** 3,600円(全6回分)

**準備物** 動きやすい服装、飲み物(水分補給用)、タオル

**定員** 15組(要申込・先着順) **申込み** 電話・窓口にて

※各教室のお申込みは区民センター窓口または電話にて

### 中央会館

申込先・問合せ 島之内2-12-31 ☎6211-0630

#### 第33回中央区軟式野球大会 (兼 大阪市長杯軟式野球大会区代表選考会)

**とき** <開会式・抽選会>4月15日(木)19:00～  
<試合>5～7月

**ところ** <開会式・抽選会>中央会館  
<試合>瓦屋町グラウンド

**対象** 区内在住または在勤の方(学生除く)で  
構成されたチーム

**参加費** 11,000円 **定員** 24チーム

**申込み** 窓口・FAXにて(申込書は中央会館で配架の  
ほかホームページからダウンロードできます)

**締切** 4月11日(日)20:00 **主催** 中央区体育厚生協会

#### 台湾中国語(台湾華語)教室 ～旅行で使える基礎会話～

**とき** 5月5・12日・26日、6月2日・9日・30日、  
7月7日・14日・28日、8月4日・11日・25日  
19:00～21:00(水曜日 全12回)

**講師** 陳 韻琪(チン インチ)先生

**費用** 10,800円(全12回分) **準備物** 筆記用具、ノート

**定員** 15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

#### 基本から学ぶ楽しい絵手紙

**とき** 4月22日(木)14:00～15:30

**対象** 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要です)

**講師** 市民ボランティア講師 向井 巳喜夫 先生

**参加費** 200円 **定員** 15名(要申込・先着順)

**申込み** 参加費を添えて窓口にて受付

### 南老人福祉センター

申込先・問合せ 島之内2-12-6 ☎6213-2172

#### おもしろ健康智恵教室

**とき** 4月24日(土) 13:30～15:00

**内容** 誰とでも友達になれるふれあいゲームや道具  
を使わない脳トレゲームのレクリエーション

**対象** 市内在住の60歳以上の方

**講師** 今田 三郎さん **費用** 無料

**定員** 20名(要申込・先着順) **申込み** 窓口・電話にて

### 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

#### プラバンをつくろう

**とき** 4月24日(土)15:00～16:30

**対象** 市内在住の小学生・中学生

**内容** 透明なプラスチック版に絵を描いてオリジ  
ナルのキーホルダーを作ります。

**費用** 無料

**定員** 12名(要申込・先着順)

**申込み** 電話・窓口にて(4月3日(土)より受付)

**締切り** 定員になり次第終了

### 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** 5月19日(水)まで

#### 図書展示「はるのえほん」展

絵本コーナーに「春」を楽しむ絵本を展示し、貸出  
します。道端に咲いたたんぽぽ、心地よい風、ぽかぽか  
陽気…春のおはなしを、親子でお楽しみください。

**期間** 5月19日(水)まで

### 移動図書館まちかど号

**とき** 4月17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** 中央図書館自動車庫 ☎6539-3305

### 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 E-mail [chuo-tiiki-katudow@shakyo-osaka.jp](mailto:chuo-tiiki-katudow@shakyo-osaka.jp)

## TKB+Cカードで家族で楽しく備えよう!

#### TKB+Cってなに?

TKBは、避難所・避難生活学会が災害時の避難所生活において大切だとしている「トイレ・キッチン・ベッド」の略です。そこに、在宅避難の備えと、「災害時に助け合える関係」をつくる上で重要な「コミュニケーション」という視点を加え、「TKB+C」としました。

「声をかけあえる」関係を作っておくことが、「災害時に「助け合える」関係」につながります。TKB+Cカードは、そのきっかけづくりを後押ししたいという思いから生まれました。

カードを見て「TKB+C」を家族で考えることができます。みんなで考えたしるしにシールを貼れます。カードを「我が家の防災会議シート」に載せて今後どう取り組むかを家族みんなで考えましょう。作ったカードは家の中の見えるところに貼って、日常から防災意識を持ちましょう。

このカードを活用したワークショップのご依頼を受け付けています  
「ワークショップのご依頼」や「カードに関するご質問」は上記の問合せ先まで。

