

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
1月11(火)～1月21(金)	パッチワーク・油絵・写真・水彩・書・和紙画	美術サークル 賑町
1月24(月)～2月4(金)	絵画	ゼンタングル

#### さわやか太極拳

穏やかな動きと深く長い呼吸法により、「心・息・動」の三つのバランスを取ることで健康的な体をつくる。

とき 1月6日・13日・20日、2月3日、3月17日 or 24日・31日(木) 10:20～11:50

対象 どなたでも(初心者歓迎)  
講師 加嶋 敏克先生 費用 3,600円/6回  
定員 30名(要申込・先着順)  
申込み 電話・窓口にて 締切り 定員になり次第締切  
準備物 動きやすい服装、水分補給用の飲み物、タオル

#### 大人のHIPHOP

HIPHOPやKPOPの曲をみんなで、かっこよく楽しく踊りませんか。

とき 1月13日・20日・27日、2月3日、3月3日 19:00～20:30

対象 中学生以上の男女の方(初心者歓迎)  
講師 RIKA'S先生 費用 3,000円/5回  
定員 30名(要申込・先着順)  
申込み 電話・窓口にて 締切り 定員になり次第締切  
準備物 動きやすい服装、水分補給用の飲み物、タオル

### 南老人福祉センター

申込先・問合せ 島之内2-12-6 ☎6213-2172

#### リズムストレッチ体操

音楽に合わせて体を動かしましょう!

とき 1月12日・2月9日・3月9日(水)全3回 10:30～12:00

ところ 中央区南老人福祉センター  
対象 市内在住の60歳以上の方  
講師 丸岡 節子先生  
費用 500円(全期間3回分)  
定員 20名(要申込・先着順) 申込み 窓口にて  
準備物 水分補給の水等・動きやすい服装

### 東老人福祉センター

申込先・問合せ 農人橋1-1-6 ☎6941-7719

#### 家でも出来る!体幹も鍛えられる! けん玉に挑戦

とき 1月27日(木) 14:00～16:00  
ところ 中央区東老人福祉センター  
対象 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要です)  
講師 日本けん玉協会2級指導員 横山郷史氏  
費用 無料 定員 15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

### 中央区子ども・子育てプラザ

申込先・問合せ 島之内2-12-6 ☎6213-2171

#### ママとベビーの赤ちゃん広場

助産師さんと一緒に子どもの成長をみんなでお話する、おしゃべり広場です。

とき 1月14日(金) 13:30～15:00  
対象 0歳児の子どもと保護者  
講師 助産師 岡いくよさん  
費用 無料  
定員 6組(先着順・事前申込制)  
申込み 電話にて(1月7日(金)より受付)  
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

#### 中央区民スポーツカーニバル (スポーツ体験会)

いろいろなスポーツを体験してみてください。

とき 2月6日(日) 10:30～13:00(最終受付12:15)  
ところ 大阪城公園 太陽の広場  
対象 区内在住の小学生とその保護者  
内容 ミニトランポリン、チアリーディング体験、ストラックアウトなど  
<特設テント内>ベジタブルチェックなど  
費用 無料 定員 200名  
申込み 事前申し込みは不要です。受付時に検温、体調確認票をご記入いただきます。  
※混雑状況により入場制限を行う場合があります。

問合せ 中央区体育厚生協会事務局 富岡 ☎6211-0630

#### 中央区ファミリージョギング大会

冬のひと時ご家族でジョギングを楽しみましょう!

とき 2月6日(日) 8:45～受付 9:15～準備体操 9:45～スタート  
対象 区内在住、在勤・在学の方  
種目 1周コース(約1.5km) 費用 無料  
定員 100名(要申込・申込多数の場合は抽選)  
申込み 往復はがきに、①代表者のお名前 ②ご住所 ③お電話番号 ④人数(4名まで)を明記し下記宛まで郵送をお願いします。  
〒542-0082 大阪市中央区島之内2-12-31 大阪市立中央会館内 中央区体育厚生協会事務局  
※返信はがきにもご住所、お名前のご記入をお願いします  
締切り 1月19日(水) 必着  
問合せ 中央区体育厚生協会事務局 富岡 ☎6211-0630



#### 童謡コンサート

童謡・唱歌を中心としたファミリーで楽しめるコンサートです。  
とき 1月30日(日) 12:40会場 13:00開演  
ところ 中央会館 対象 どなたでも  
参加費 無料 定員 70名(申込先着順)  
申込み 電話・窓口にて 締切り 定員になり次第締切  
主催 ボランティアオーケストラ“響”

### ワークショップ博覧会

チケットを購入すると1日に行われるワークショップ全てに参加可能です!体験したことのないワークショップを体験してみませんか??

特設サイト



とき 1月29日(土) 10:00～18:30  
1月30日(日) 10:00～17:00

ところ 中央会館  
費用 1日 1,000円(申込受付時に支払い)  
定員 1月29日100名、1月30日100名  
申込み 中央会館窓口にて  
問合せ J:COM中央区民センター ☎6267-0201

#### 各ワークショップ開始時刻一覧表

1月29日(土)	10:00	バルーンアート教室
	10:00	ペーパーワイリングのカード作り
	10:00	重ねた紙を彫る!彫紙アート
	10:00	似顔絵教室
	13:00	人形劇
	13:00	太極拳教室
	13:30	立体カード折り紙建築教室
	14:30	旅行英会話教室
	14:30	大人の塗り絵体験教室
	15:00	健康ヨガ教室
17:30	大人のHIPHOP教室	
1月30日(日)	10:00	似顔絵コーナー
	10:30	ゼンタングル
	11:30	電気ペンで描く本草のミニお家ブローチ
	12:30	台湾華語教室
	12:30	旅行英会話教室
	14:30	ゼンタングル
	14:30	電気ペンで描く本草のミニお家ブローチ
	14:30	大人の塗り絵教室
15:30	実演!南京玉すだれ	
15:30	バルーンアート教室	

### 島之内図書館

申込先・問合せ 島之内2-12-31 ☎6211-3645

#### 島之内図書館からのお知らせ

開館時間 火～金曜日(第3木曜日は休館日) 10:00～19:00  
土・日曜日、祝・休日: 10:00～17:00

※年始は、1月5日(水)から開館します。

※変更する場合があります。事前にご確認ください。



#### 空堀かるた大会

歴史、文化、まちなみ、暮らしなど、空堀の魅力がいっぱい詰まった「空堀かるた」で大人も子どもも一緒に楽しくあそびましょう!

とき 1月23日(日) 13:30～15:00  
ところ 中央会館 1階 ホール  
対象 かるた遊びが楽しめる方どなたでも  
費用 無料 定員 20名(申込先着順)  
申込み 1月5日(水) 10:00～ 来館または電話にて  
共催 空堀まちなみ井戸端会、大阪市コミュニティ協会中央区支部協議会

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、中止する場合があります。

### 移動図書館まちかど号

とき 1月22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

