

ここに掲載している事業等は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止・変更となる場合があります。開催状況は区ホームページ等でご確認ください。

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
https://www.osakacommunity.jp/chuo/



区民ギャラリー

期間	内容	出展団体
5月9日(月)～5月20日(金)	水彩画	いちょう18アートクラブ
5月23日(月)～6月3日(金)	水墨画・墨彩画	たいかい 泰の会

5月から“新しいこと”を始めてみませんか?
お申し込みは電話・窓口で!

大人のヒップホップ(全7回)

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 5月12日・19日・26日、6月9日・16日・23日・30日 木曜日19:00～20:30

対象 中学生以上(初心者歓迎)

講師 RIKA'S先生(フリーウエイダンススタジオ所属)

費用 4,900円/7回 定員 30名(要申込・先着順)

締切り 定員になり次第終了

準備物 動きやすい服装、飲み物、タオル、運動靴(サンダル不可)

小学生ヒップホップ教室(全4回)

みんなでかっこよくおどってみませんか?初心者大歓迎!! RIKA'S先生の指導による、楽しい教室です。

とき 5月16日・23日、6月20日・27日 月曜日18:00～19:30

対象 小学生

講師 RIKA'S先生(フリーウエイダンススタジオ所属)

費用 2,800円/4回 定員 30名(要申込・先着順)

準備物 動きやすい服装、飲み物、タオル、運動靴(サンダル不可)

デトックスヨガ(全7回)

とき 5月11日・18日・25日、6月8日・15日・22日・29日 水曜日10:30～12:00

対象 女性 講師 伊波 紀子先生

費用 4,900円/7回 定員 30名(要申込・先着順)

締切り 定員になり次第終了

準備物 動きやすい服装、飲み物、タオル

スタイルUPウォーキング教室(全8回)

とき 5月9日・30日、6月6日・13日、7月4日・18日、8月1日・29日 月曜日18:30～20:00

対象 女性 講師 竹本 幸江先生

費用 16,000円/8回 定員 20名(要申込・先着順)

※参加人数一定以下の場合、開催中止

準備物 体のラインのわかる服装(レギンス等)、飲み物、タオル、バスタオル、運動靴、ヨガマット

中国語ピンインの美しい発音のコツを学びましょう!(全10回)

とき 5月11日・18日・25日、6月8日・15日・22日・29日、7月6日・13日・20日 水曜日19:00～20:30

対象 どなたでも(初心者歓迎)

講師 マー(インイン)先生

費用 14,000円/10回(教材費:2,000円含む)

定員 10名(要申込・先着順)

※参加人数一定以下の場合、開催中止

心も身体もゆるっとヨガ教室(全4回)

とき 5月21日・28日、6月4日・11日 土曜日19:45～21:00

対象 どなたでも 講師 高木 圭子先生

費用 3,200円/4回

定員 30名(要申込・先着順)

※参加人数一定以下の場合、開催中止

準備物 動きやすい服装

いいね!いきいき生前整理教室(全3回)

とき 6月1日(水)・15日(水)、27日(月) 13:30～15:00

対象 どなたでも 講師 出崎 節子先生

費用 3,500円/3回(教材費500円含む)

定員 20名(要申込・先着順)

※参加人数一定以下の場合、開催中止

準備物 参加者ご自身の写真

東老人福祉センター

申込先・問合せ 農人橋1-1-6 ☎6941-7719

生活習慣病とその予防「ロコモってなあに?」

とき 5月26日(木)
①13:30～14:30 ②14:45～15:45

対象 市内在住の60歳以上の方(利用証が必要です)

講師 近畿中央ヤクルト販売(株) 派遣講師

費用 無料 定員 各回15名(要申込・抽選)

申込み 電話・窓口にて 締切り 5月19日(木)

申込締切後抽選、当選した方に20日までに連絡します。

南老人福祉センター

申込先・問合せ 島之内2-12-6 ☎6213-2172

けん玉で楽しく運動しよう!!

けん玉を楽しみながら、脳を活性化し集中力をアップさせ、体幹を鍛え、健康維持増進を図る。

とき 5月28日(土)13:30～14:30

対象 市内在住60歳以上の方

講師 日本けん玉協会 田窪 広志先生

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

おやこ体操

内容 リズムに合わせて親子で身体を動かしましょう。

とき 5月19日(木)10:30～11:00※雨天中止

ところ 空堀桃谷公園グラウンド

対象 歩ける乳幼児と保護者

講師 MYフィットネス道 荒川 夏江さん

定員 30名(要申込・先着順)

申込み 電話にて(5月6日(金)より受付)

締切り 定員になり次第終了

準備物 動きやすい服装、飲み物、タオル、帽子

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

※変更する場合があります。事前にご確認ください。

図書展示「こどものほんだな」展

展示期間 5月20日(金)～7月20日(水)

大阪市立図書館の司書がおすすめするこどもの本を展示し、貸出します。展示している本を紹介した冊子「こどものほんだな2022」も配布しています。

移動図書館まちかど号

とき 5月21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



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

第11回中央区バリアフリー上映会

『心の傷を癒すということ』

バリアフリー上映会とは、音声解説と日本語字幕により視覚障がいや聴覚障がいの方も楽しめる上映会です

とき 6月4日(土)13:00上映

ところ J:COM中央区民センター(中央区久太郎1-2-27) 費用 無料

申込み TEL、FAX、ホームページから(要申込・先着順)

※ホームページからお申し込みをされる場合、1申込につき1名となります。ヘルパーの同伴を希望される際はご注意ください。




ホームページはコチラ

