

この秋、新しい何かを始めたい。たくさんの人と楽しみたい。そんなきっかけづくりはいかがですか？

中央区生涯学習フェスタ2022

今年も区内の生涯学習関連施設が連携して、恒例の「中央区生涯学習フェスタ」を開催します。いずれも初めての方向きの教室です。9月5日(月)に受付開始しますので、ぜひ、ご参加ください!

9/15 月
10/31 月
9/5(月)から受付開始

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止等のため、開催中止になる場合があります。

フェスタ全体に関する問合せ

市民協働課(市民活動支援・教育)5階53番
☎6267-9743 FAX 6264-8283

区内無料体験教室一覧

費用について、基本的には無料ですが★のついた教室は材料費等が別途必要です。詳細は各施設にお問い合わせください。

記号の
見方

- 🗓開催日時 📍場所 👤対象 ④申込み
- ✂️締切り 🗨問合せ 🎒持ち物 ★別途費用要

- ボランティアスタートアップ講座** 事前申込 各先着20名
講師:中央区社会福祉協議会
🗓10/8(土)13:00~15:30 10/15(土)10:00~12:00 10/22(土)13:30~15:30 10/29(土)13:30~16:00
📍中央区ボランティア・市民活動センター
④来館・電話・FAX・メール 🗑9月30日(金)まで
- モーニング ヒップホップ** 事前申込 先着30名
講師:フリーウエイダンススタジオ RIKA'S
🗓10/25(火)11:00~12:30
📍J:COM中央区民センター 2階ホール ④来館・電話
✂️定員になり次第 🗓18歳以上の方
🎒動きやすい服装・タオル・飲み物
- やさしいヨガ なごみ** 事前申込 各先着5名
講師:中西 範子 (なかにし のりこ)
🗓10/13(木)・10/27(木)10:30~11:45
📍東老人福祉センター2階大広間 ④来館・電話
✂️定員になり次第 🗓市内在住の60歳以上の方
🎒動きやすい服装(更衣室はございません)・ヨガマットもしくはバスタオル・飲み物
- フラダンスティアレ** 事前申込 先着5名
講師:横尾 美巳 (よこお よしみ)
🗓10/24(月)10:00~11:30
📍東老人福祉センター2階大広間 ④来館・電話
✂️定員になり次第 🗓市内在住の60歳以上の方
🎒動きやすい服装(更衣室はございません)
- 歌謡舞踊同好会** 事前申込 先着5名
講師:岡原 恵子 (おかはら けいこ)
🗓10/25(火)13:30~16:00 📍東老人福祉センター3階
④来館・電話 ✂️定員になり次第 🗓市内在住の60歳以上の方
- 木版画・植物画同好会** 事前申込 各先着5名
講師:原田 勝 (はらだ まさる)
🗓10/5(水)・10/19(水)13:30~15:30
📍東老人福祉センター2階大広間(もしくは3階会議室)
④来館・電話 ✂️定員になり次第 🗓市内在住の60歳以上の方
- 美書道同好会** 事前申込 各先着5名
講師:木村 貢 (きむら みつぐ)
🗓10/14(金)・10/28(金)13:00~14:30
📍東老人福祉センター2階大広間(もしくは3階会議室)
④来館・電話 ✂️定員になり次第 🗓市内在住の60歳以上の方
🎒習字道具一式
- 歌謡曲で楽しくエクササイズ** 事前申込 各先着10名
講師:岡原 恵子 (おかはら けいこ)
🗓9/16(金)・10/7(金)・10/21(金)10:30~11:50
📍南老人福祉センター1階大広間 ④来館・電話
✂️体験希望前日まで
🗓市内在住の60歳以上の方
🎒動きやすい服装・タオル・飲み物
- 健康の〜びのび♪体操** 事前申込 先着10名
講師:加福 明子 (かふく あきこ)
🗓10/4(火)13:30~14:30 📍南老人福祉センター1階大広間
④来館・電話 ✂️体験前日まで
🗓市内在住の60歳以上の方
🎒タオル・飲み物
- フランス語はじめませんか** 事前申込 先着10名
講師:国津 洋子 (くにつ ようこ)
🗓9/16(金)10:00~11:00 📍アネックスパル法円坂7階10号室
④来館・FAX・メール 🗑9/6日(火)まで
- 入門者・初心者のための英会話** 事前申込 先着15名
講師:秦 清子 (はた きよこ)
🗓9/28(水)10:00~11:30
📍アネックスパル法円坂7階9号室 ④来館・FAX・メール
✂️9/26(月)まで

- ★マジック・バルーン体験教室とミニマジックショー** 事前申込 各先着15名
講師:まぎ〜マモル パフォーマー-SHO
🗓9/17(土)・10/29(土)
マジック体験教室10:00~11:00
ミニマジックショー11:00~11:30
バルーン体験教室11:30~12:30
📍アネックスパル法円坂7階10号室 ④来館・FAX・メール
✂️体験希望日の10日前まで
※マジック体験 材料費:500円
ミニマジックショー 無料
バルーン体験 材料費:500円
- 店内・旅行英会話** 事前申込 各先着5名
講師:吉村 継子 (よしむら けいこ)
🗓①9/22(木)10:15~11:45②10/8(土)10:15~11:45
📍①アネックスパル法円坂7階10号室
②アネックスパル法円坂3階8号室
④来館・FAX・メール
✂️体験希望日の10日前まで
- ★お試し!秋のフラワーアレンジメント教室** 事前申込 各先着8名
講師:高田 芽衣子 (たかた めいこ)
花のアトリエKAKAN
🗓10/1(土)プリザーブドフラワー10:00~12:00
10/24(月)フレッシュフラワー14:00~16:00
📍アネックスパル法円坂7階10号室 ④来館・FAX・メール
✂️9月21日(水)まで
🎒花切りハサミ、作品を持ち帰る紙袋(マチの広いもの)
※材料費:2000円
- ★かんとん歩く(水中ウォーキング)** 当日先着 先着15名
講師:山上(やまがみ)インストラクター
🗓10/9(日)10:30~10:55
📍明治スポーツプラザ中央屋内プール2階 ④来館
※施設利用料:16歳~64歳700円、16歳未満・65歳以上
350円(生年月日がわかる本人確認書類が必要)
🎒水着・スイミングキャップ・タオル
※お化粧品・アクセサリーをしたままではご利用できません。途中入場はできませんので、時間に間に合うようにご来館ください。
- 硬式テニス(レベル制限なし)** 事前申込 各先着15名
講師:上原 悠一 (うえはら ゆういち)
中田 さや香 (なかた さやか)
🗓9/14(水)・9/21(水)17:30~19:00
📍中央スポーツセンター5階第1体育場 ④来館・電話
✂️体験前日まで
🗓16歳以上、レベル制限なし
🎒室内シューズ・動きやすい服装・タオル・飲み物
※お一人様 1教室、1回のみ無料体験いただけます。
- 元気健康体操** 事前申込 各先着15名
講師:田中 寛子 (たなか ひろこ)
村上 敦美 (むらかみ あつみ)
🗓9/21(水)・10/5(水)9:30~11:00
📍中央スポーツセンター4階第2体育場 ④来館・電話
✂️体験前日まで 🗓16歳以上
🎒動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物
※お一人様 1教室、1回のみ無料体験いただけます。
- バレーボール** 事前申込 各先着25名
講師:大阪府ママさんバレーボール連盟
🗓10/5(水)・10/12(水)9:50~11:50
📍中央スポーツセンター5階第1体育場 ④来館・電話
✂️体験前日まで 🗓16歳以上
🎒動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物
※お一人様 1教室、1回のみ無料体験いただけます。
- ヨガ** 事前申込 各先着15名
講師:小倉 香央里 (おぐら かもり)
🗓9/22(木)・9/29(木)9:30~10:30
📍中央スポーツセンター4階第2体育場 ④来館・電話
✂️体験前日まで 🗓16歳以上
🎒動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物
※お一人様 1教室、1回のみ無料体験いただけます。

- 理学療法士によるモビバン楽々体操** 事前申込 各先着20名
講師:山本 喜美子 (やまもと きみこ)
🗓9/22(木)・9/29(木)10:45~11:45
📍中央スポーツセンター4階第2体育場 ④来館・電話
✂️体験前日まで 🗓16歳以上
🎒動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物
※お一人様 1教室、1回のみ無料体験いただけます。
- リトルキッズテニス** 事前申込 各先着10名
講師:上原 悠一 (うえはら ゆういち)
🗓9/15(木)・9/29(木)16:20~17:30
📍中央スポーツセンター5階第1体育場 ④来館・電話
✂️体験前日まで
🗓4歳~小学2年生
🎒動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物
※お一人様 1教室、1回のみ無料体験いただけます。
※保護者の方もご一緒にお越しください。
- ふれあい絵本展(島之内図書館共催)** 事前申込 各先着20名
講師:絵本の会島之内
🗓10/2(日)
午前の部:10:00~12:00 午後の部:13:00~15:00
📍中央区子ども・子育てプラザ2階 軽運動室
④電話(中央区子ども・子育てプラザ)
✂️体験前日まで
※申し込み開始日は9月7日(水)から

※今後の事業に活かすため、参加者には簡単な無記名アンケートをご記入いただきます。教室によっては、記録用写真撮影および、緊急時に備えて体験者の個人情報について別途記載をお願いする場合があります。

各教室の開催場所/申込・問合せ先一覧

- 中央区ボランティア・市民活動センター**
上本町西2-5-25 ☎6763-8139 FAX 6763-8151
Eメール chuo-tiiki-katudow@shakyo-osaka.jp
開館時間 9:00~19:00(土曜日9:00~17:30)
休館日 日曜日・祝日・年末年始
- J:COM中央区民センター**
久太郎町1-2-27 ☎6267-0201 FAX 6267-0950
開館時間 9:30~21:30 休館日 12/29~翌年1/3まで
- 中央区東老人福祉センター**
農人橋1-1-6 ☎6941-7719 FAX 6941-7709
開館時間 10:00~17:00 休館日 日曜日・祝日・年末年始
- 中央区南老人福祉センター**
島之内2-12-6 ☎6213-2172 FAX 6213-2639
開館時間 10:00~17:00 休館日 日曜日・祝日・年末年始
- 大阪市教育会館(アネックスパル法円坂)**
法円坂1-1-35 ☎6941-0951 FAX 6941-7474
Eメール kaikan@zaidan.or.jp
問合せ 月~金曜日 10:00~17:00
休館日 年末年始等
- 明治スポーツプラザ中央屋内プール**
島之内2-7-8 ☎6212-5473 FAX 6212-5474
開館時間 火~日曜日・祝日 9:00~21:00
利用時間 9:00~20:30(受付は20:00まで)
休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日休)・年末年始・臨時休館(施設点検など)
- 中央スポーツセンター**
島之内2-12-31 ☎6211-2010 FAX 6211-2590
開館時間 火~日曜日・祝日9:00~21:00
休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日休)・年末年始・臨時休館(施設点検など)
- 中央区子ども・子育てプラザ**
島之内2-12-6 ☎6213-2171 FAX 6213-2639
開館時間 9:00~17:30 休館日 月曜日・祝日・年末年始
- 島之内図書館**
島之内2-12-31 ☎6211-3645 FAX 6212-5449
開館時間 火~金曜日 10:00~19:00
休館日 土・日曜日・祝日10:00~17:00
月曜日(祝日休日にあたる場合は開館)・第3木曜日・年末年始・蔵書点検期間

