

中央区の生涯学習関連施設で開催される講座や生涯学習ルーム講座を紹介します。学びに「もう遅い」はありません！みなさまの学ぶ気持ちを応援します！



## 生涯学習関連施設

## 講座一覧

講座の申込・質問は各施設に問い合わせ下さい

**中央区子ども・子育てプラザ**

➤ 島之内2-12-6  
☎ 06-6213-2171

親子deバランスボール遊び	12月 12日 (木)
出張ひろば in 天満橋 場所：京阪シティモール	12月 14日 (土)
キッズシアターかみふうせんさんのおたのしみ会	12月 20日 (金)
わくわく工作	12月 18日 (水)
冬のおたのしみ会	12月 21日 (土)

**島之内図書館**

➤ 島之内2-12-31  
☎ 06-6211-3645

空堀かるた大会	1月 26日 (日)
赤ちゃんのおたのしみ会	12月 12日 (木)
おたのしみ会	毎週 水曜日

**J:COM中央区民センター**

➤ 久太郎町1-2-27  
☎ 06-6267-0201

文化のつどい 作品展	2/6(木)～9(日)
文化のつどい 演芸発表会	2月 16日 (日)
芸能舞台発表会	2月 15日 (土)

**南老人福祉センター**

➤ 島之内2-12-6  
☎ 06-6211-0630

ヤクルト工場見学	12月 27日 (金)
チョコレートの世界へようこそ！	12月 12日 (木)
歌広場 楽しく歌っていきいきと！ 場所：中央会館	12月 10日 (火)
健康維持シニア体操	12月 11日 (水) 12月 25日 (水)
骨盤エクササイズ	12月 18日 (水)
健康けん玉！！	12月 27日 (金)

**東老人福祉センター**

➤ 農人橋1-1-6  
☎ 06-6941-7719

ウインターコンサート 素コートローライブ 場所：中央会館	12月 4日 (水)
だいちゃん先生の骨盤体操	12月 10日 (火)
お正月花講習会	12月 24日 (火)

**中央スポーツセンター**

➤ 島之内2-12-31  
☎ 06-6211-2010

ピククルボール体験教室	12月 21日 (土)
キッズダンス教室	毎週 金曜日(月4回)
ジュニア体操教室	毎週 木曜日(月4回)
卓球・硬式テニス・キッズテニス(レベル別)・元気健康体操・フリースタイルダンス・バレーボールも随時開催中！	

**中央会館**

➤ 島之内2-12-31  
☎ 06-6211-0630

ロボットプログラミング体験 ブロック展示会	1月 25日 (土)
--------------------------	------------

**大阪市教育会館**

➤ 法円坂1-1-35  
☎ 06-6941-0951

習いごと広場 全11講座 2～3月に開催！

フランス語講座	マジック教室
入門者・初心者英会話	バルーン教室
楽しい英語の教え方	中医養生学 五行拳教室
店内・旅行英会話	簡化24式太極拳入門
中国語ピンイン入門講座	フラワーアレンジメント

▶ 詳細は中面または教育会館発行のパンフレットをご覧ください

**中央区役所**

➤ 久太郎町1-2-27  
☎ 06-6267-9743

ワクワク！能楽囃子(はやし)の世界 場所：中央会館	12月 15日 (日)
------------------------------	-------------

各講座の詳細は、中面の各施設のおたよりをご覧ください！  
裏面に 生涯学習ルームの講座一覧 も掲載しています！



この他にも各施設で開催されている講座があります。  
詳しくは各施設発行のお知らせをご覧ください。各施設にお問い合わせください。

HPはコチラ



中央区の生涯学習ルームでは、身近な学習・交流の場として、小学校の特別教室などを活用し、生涯学習推進員が中心となり多彩な講座を開催しています。  
ぜひ、お近くの生涯学習ルームでステキな学びと出会いを見つけてください。

小学校名	講座名	開催日	時間	参加費・その他
開平 	女声コーラス	毎月 第2・4土曜日	10:30～12:00	500円/回
	クラフト	毎月 第2・4火曜日	10:00～12:00	500円/回 (別途材料費)
	サロン 「船場にゆかりのある方のお話」	7月いずれかの土曜日		茶菓子代300円
玉造	ファミリーコーラス	毎月 第2・第4土曜日 第3金曜日	14:00～15:45 19:00～20:30	無料
	親子でダンス	10/19・11/16 12/21・1/18 (土)	10:30～11:30	1組500円/回
中央	女声コーラス「ピースツリー」	月2回 土曜日	10:00～11:30	部費500円
	フラワーアレンジメント	毎月 第3土曜日	10:30～12:00	材料費のみ
	きもの着付け	月2回 土曜日	10:30～12:00	300円/回
	はじめてのヨガ	毎月 第2・第4土曜日	15:30～16:30	300円/回
中大江	フラワーアレンジメント	7/13・8/3 11/23・12/14 (土)	13:30～15:00	1,000円/回
	はじめてのヒップホップ	11/16 (土) 終了	10:00～11:30	無料
	エンジョイイングリッシュ	10/26 (土) 終了	10:00～11:30	無料
	フォトフレームの額装	9/28 (土) 終了	10:00～11:30	1,000円
	やさしい習字	11/2・11/9 12/7・12/14 (土)	10:00～11:30	大人のみ 初回500円 子ども無料
	親子クッキング(寿司ロール)	1/11 (土)	10:00～14:00	1家族1,000円
	読み聞かせ	毎月2回 火曜日	8:30～8:45	無料
	コーラス	毎月2～3回 水曜日	10:00～12:00	2,000円/月
	民謡同好会	毎月 月曜日	19:00～21:00	1,000円/月
南	ミュージックベル「ル・シェル」	毎月 第2・第4月曜日	10:00～12:00	500円/回
	クラフト(自由作品)	月1回 月曜日	10:30～15:00	材料費のみ
	おはなしQの会	第2火曜日の朝よみ 不定期のおはなし会	8:30～8:45 放課後	無料
	手話サークル「草の花」	毎月 第1～第4木曜日	14:00～16:00	100円/月
	尺八の広場	毎月 第2土曜日	13:00～16:00	1,000円/月
	和太鼓「天翔」	毎月 第1・3土曜日	10:00～12:00	200円/回
南大江	大人の習字教室	7/2・9/3・10/1 11/5・12/3 (火)	13:30～15:00	300円/回
	小物手作り体験 (造花の壁掛け)	7/20 (土) 終了	10:30～12:00	1,500円
	フラワーアレンジメント (3回連続講座)	12/14・1/18 2/15 (土)	10:30～12:00	1,500円/回

高津小学校の生涯学習ルームは休会中です



# 12月行事予定

## 乳幼児対象講座

・つどいの広場の利用については、広場のみ利用の方を優先させていただきます。

日付	行事内容	時間	申込日
11日(水)	すくすくステーション 「保育コンシェルジュ」保育所の申請等相談 ※身体測定(10:30~11:00)もできます。	10:30~11:30	つどいの広場の予約をお願いします。
12日(木)	親子deバランスボール遊び 対象:歩ける幼児親子(先着6組) ※午前中のつどいの広場は3階となります。	10:15~11:00	11/28(木)~12/11(水)
14日(土)	出張ひろば in 天満橋 パパは助産師さんと育児のQ&A! ママは“笑い文字”を書こう! 対象:概ね3カ月~1歳までの子どもとその両親(先着6組) 場所:京阪シティモール内 ※詳細はHPをご覧ください。	10:30~11:20	11/30(土)~12/10(火)
17日(火)	授乳クラス(先着6組) 対象:概ね授乳を伴う1歳未満の乳児とその保護者 ※バスタオル持参してください。	10:30~11:30	12/3(火)~14(土)
20日(金)	キッズシアターかみふうせんさんのおたのしみ会 対象:乳幼児とその保護者(各節先着35名) ※着席での鑑賞となります。 ※午前中のつどいの広場はお休みとなります。	①10:15~10:45 ②11:15~11:45	12/6(金)~定員になるまで
24日(火)~ 28日(土)	おたんじょうびWEEK♪ ~12月生まれの未就学児~ ※写真スポットでの撮影・バースデーカードのお渡し	つどいの広場開設時間内	当日1階窓口で12月がお誕生日であることをお伝えください。

### ※各講座ご利用をお考えの方へ(乳幼児対象・児童対象共通)

- ・講座申し込みは子育てプラザ開館時間内にお願いたします。  
(留守番電話での講座受付はできません。)
- ・また館内から電話での講座申込みはご遠慮ください。
- ・講座の詳細はホームページをご確認ください。内容が大幅に変更される場合がございます。尚、情報が変更される場合もございますので、ホームページをご確認ください。

## 児童対象講座

※小学生・中学生・高校生

日付	行事内容	時間	申込日
18日(水)	わくわく工作 何を作るかは来てからのお楽しみ♪	15:30~16:30	申込不要
21日(土)	冬のお楽しみ会 (先着20名程度) 冬のプラ板工作&プレゼントビンゴ大会をするよ♪	15:30~16:30	12/7(土)~12/20(金) ※要予約 先着順
24日(火)~ 28日(土)	おたんじょうびweek バースデーカードをプレゼントするよ♪	10:00~16:30 (12:00~13:00休憩)	申込不要

### 【児童の遊び場の紹介】

火曜日~金曜日 土曜日・日曜日  
 放課後~17:00 9:30~12:00  
 13:00~16:30

場所:和室B・軽運動室  
 ※月曜日・祝日は休館です。ただし、5/5(こどもの日)は開館しています。  
 詳細は【児童だより】をご覧ください♪

つどいの広場終了後  
 学校から帰ってきた子どもたちが  
 元気いっぱい遊んでいます。  
 卓球やバドミントン、ボードゲームなど  
 様々なアイテムを使って楽しんでいます☆



## 乳幼児・児童対象

日付	行事内容	時間	申込日
7(土)	おもちゃ病院 (各回3組) ※大阪市在住の方に限ります。 ※原則お子様と一緒に来館してください。	①13:00~13:30 ②13:30~14:00 ③14:00~14:30	随時



### ☆ブックスタート

3ヶ月児健診の対象となる親子に絵本をプレゼントし、絵本についてお話と読み聞かせ体験をおこなっています。予約のうえ、3ヶ月健診案内同封の引換券を持参してください。  
 日時:12月26日(木)11:30~12:00  
 定員:14名 ※随時予約を受付しております。

【発行団体】中央区子ども・子育てプラザ  
 (運営法人 社会福祉法人大阪市中央区社会福祉協議会)  
 住所:大阪市中央区島之内2-12-6  
 電話:06-6213-2171  
 休館日:月曜・祝日(5/5、8/11除く)・年末年始



←プラザのHP  
はコチラ



島之内図書館  
行事のお知らせ

大阪市立図書館臨時休館のお知らせ

大阪市立図書館全館はシステム更新のため、令和6年12月16日(月)から令和7年1月16日(木)まで(中央図書館は1月15日(水)まで)臨時休館いたします。自動車文庫も連休期間があります。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

空堀かるた大会 1月26日(日) 13時30分~15時

空堀の魅力がいっぱい詰まった「空堀かるた」で一緒に楽しく遊びましょう！  
12月10日(火)から申込受付開始。先着20名までです。

赤ちゃんのおたのしみ会 (毎月第2木曜日)

12月12日(木) 11時~11時30分

赤ちゃんと保護者のためのおたのしみ会です。絵本のよみかかせやふれあい遊びをします。

おたのしみ会 (毎週水曜日)

12月は4日、11日 15時30分~16時

絵本のよみかかせや紙芝居をします。

幼児のおたのしみ会(毎月第3金曜日)12月はお休み

です。次回は1月17日です。

おたのしみ会の会場は、島之内図書館 多目的室で各回先着 10組まで参加いただけます。申し込みはいりません。当日にお越しください。

大阪市立島之内図書館

大阪市 中央区 島之内 2-12-31

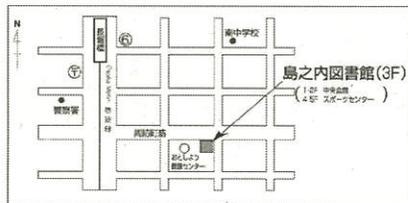
でんわ 06-6211-3645

大阪市立図書館ホームページ

<https://www.oml.city.osaka.lg.jp>

OsakaMetro「長堀橋」6号出口から

南東方向に300メートル



2024年12月 島之内図書館カレンダー

開館時間 火~金曜日:10時~19時

土・日曜日・祝休日:10時~17時

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 おたのしみ会 15:30から	5	6	7
8	9 おやすみ	10 空堀かるた大会 受付開始	11 おたのしみ会 15:30から	12 赤ちゃんの おたのしみ会 11:00から	13	14
15	16	17	18	19	20	21
	おやすみ	→				
22	23	24	25	26	27	28
		→				
29	30	31	12月16日から1月16日 までシステム更新のため 臨時休館します。 1月17日より開館します			
		→				

図書展示

- ◆「ビジネス誌の書評に載った本」展 11月22日(金)~12月15日(日)
- ◆「あなたにこの本を！」展 1月17日(金)~3月19日(水)
- こどもの本コーナー展示
- ◇「ちいさい秋みつけた」展 10月18日(金)~12月15日(日)
- ◇「冬をたのしむ」展 1月17日(金)~2月19日(水)

ケース展示

- ◆「空堀かるた」展 11月22日(金)~1月30日(木)

自動車文庫まちかど号の巡回日 日時 1月18日(土曜日) 10時~11時10分 ※12月は連休します  
電話 06-6539-3305 場所 大阪市文化財協会難波宮調査事務所(法円坂1丁目6)



[https://twitter.com/oml\\_tweet](https://twitter.com/oml_tweet)

<https://www.facebook.com/osaka.municipal.library/>

# 中央区南老人福祉センター センターだより 2024年12月号



## 施設見学!! ヤクルト工場見学

抽選

日時: 12月27日(金) 午前9時45分出発～午後3時30分帰着予定

おとしより健康センター前 午前9時40分集合 ※時間厳守

定員: 17名(要申込・抽選) マイクロバス1台

対象: 市内在住の60歳以上の方

参加費: 2,230円(昼食代・保険代)

昼食は旬彩レストラン デルパパ(バイキング)

受付期間: 11/18(月)～11/28(木)までに窓口・電話で受付

(お申込みは、利用者様ご自身でお願いします。)

抽選後、当選者に連絡します。

当選後12/20(金)までに参加費を徴収します。



中央区高齢者の生きがいと健康づくり推進事業  
中央区南老人福祉センター合同事業

先着順

## ウィンターコンサート♪ ～秦コータロー凱旋ライブ2024～

シンガーソングライター「キクチタケシ」さんとコラボ決定!!

日時: 12月4日(水)

参加費無料

午後2時～3時(開場: 午後1時30分～)

場所: 中央会館(住所: 島之内2-12-31)

内容: アコーディオンとピアノの演奏

定員: 100名(要申込・先着順)

【東・南 各50名】

申込: 窓口・電話で受付



## 明治セミナー チョコレートの世界へようこそ!

先着順

原料となる「カカオ」の生産やチョコレートの製造、歴史、カカオ農家支援など、知られざるチョコレートの世界をご紹介します。テイस्टینگ体験もあります。

日時: 12月12日(木)

午後1時30分～2時30分

場所: 中央区南老人福祉センター

講師: 株式会社明治 食育担当

定員: 25名(要申込・先着順)

申込: 窓口・電話で受付



参加費無料

※事前申込み制

## 歌広場

先着順

♪楽しく歌っていきいきと!♪

日時: 12月10日(火)

午前10時30分～11時30分

場所: 中央会館ホール

講師: 一ノ瀬 美貴子 さん

参加費: 100円

(当日お釣りがないようご準備ください)

定員: 50名(要申込・先着順)

申込: 窓口・電話で受付



## 骨盤エクササイズ

先着順

骨盤底筋を鍛えると尿漏れ予防に効果があります。骨盤周りの筋力アップに役立つ体操をみんなで学びましょう!!

日時: 12月18日(水)

午前10時30分～11時30分

場所: 中央区南老人福祉センター

定員: 20名(要申込・先着順)

持ち物: タオル、飲み物

参加費無料

※必ずご持参をお願いします。

申込: 窓口・電話で受付

※キャンセル待ちの方がおられますので、欠席される場合は、必ずご連絡ください。



## 数独チャレンジ!



受付時間: 午前10時～正午

午後1時～4時30分

・プリントは、どなたも同じ問題になります。

・答え合わせは、各自でしていただきますようお願いいたします。

## 健康維持シニア体操

抽選

日時: 12月11日・25日(水)

午前10時30分～11時30分

場所: 中央区南老人福祉センター

内容: 自然と笑顔あふれる体操です。

ゆっくり心と体を整えましょう!

定員: 25名(要申込・抽選)

申込: 窓口・電話で受付

申込締切日: 12月2日(月)

※抽選の上、当選者の方に電話連絡をします。

※キャンセル待ちの方がおられますので、当選後に欠席される場合は、必ずご連絡ください。

参加費無料



## 健康けん玉!!

先着順

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目指しませんか?

日時: 12月27日(金)

午後1時30分～2時30分

場所: 中央区南老人福祉センター

講師: 日本けん玉協会

中田 勝仁 さん、坂田 愛子 さん

定員: 15名(要申込・先着順)

申込: 窓口・電話で受付

参加費無料



世代間交流

## おもちゃ病院



日時: 12月7日(土) 午後1時～3時

※(要申込・先着順)

お申込みは  
中央区子ども・子育てプラザ  
06-6213-2171  
までお問い合わせ下さい。

物を大切に  
育てましょう!



# 東センターだより

## 中央区 2024年12月



中央区社会福祉協議会  
パソコン・スマートフォンからセンターだよりが見られます。中央区社会福祉協議会のHPの最新情報をご覧ください。

LINE 「ふれあいセンターもも」とLINE@でお友達登録をしていただくと、最新のセンターだよりや情報などが簡単に確認できます。LINE@のお友達登録をお願いいたします。

中央区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進事業  
中央区東・南老人福祉センター共催

### ウィンターコンサート ～秦コータロー凱旋ライブ2024～ シンガーソングライター「キクチタケシ」とコラボ決定!!

日時: 12月4日(水)  
午後2時～3時(開場: 1時30分～)  
場所: 中央会館(島之内2-12-31)  
内容: アコーディオンとピアノの演奏  
定員: 100名(要申込・先着順)  
【東・南老人福祉センター各50名】



参加費無料

### だいちゃん先生の骨盤体操

日時: 12月10日(火)  
午前10時～11時30分  
場所: 中央区東老人福祉センター  
内容: 骨盤のゆがみをゆるやかに整える体操  
定員: 25名(要申込・抽選)

申込締切日: 12月3日(火)  
当選発表: 12月4日(水)午後1時以降  
LINE・窓口にて当選者の発表を行います。各自抽選番号をご確認ください。なお、お電話でのお問い合わせも可能です。  
※センターからの電話連絡は致しません。

抽選  
申込み  
済  
抽選結果  
当選

### お正月花講習会

日時: 12月24日(火)  
午後1時30分～3時  
場所: 中央区東老人福祉センター  
内容: お正月用の華やかなお花を使った生花講習会(未生流大阪)  
定員: 10名(要申込・先着順)  
参加費: 4,000円  
申込締切日: 12月17日(火)  
午後4時まで

※参加費を添えて、窓口でお申し込み下さい。  
※申込締切日以降のキャンセルは返金できません。

申込み  
済  
キャンセル待ち

中央区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進事業 世代間交流事業

### 冬の交流会

日時: 12月10日(火)  
午後1時30分～2時30分  
場所: 中央区東老人福祉センター  
内容: 中央区東老人福祉センター同好会(フラダンス・オカリナひまわり)と南大江保育所園児の交流会  
定員: 20名(要申込・先着順)

参加費無料

申込み  
済  
キャンセル待ち

### 10・11・12月生まれ お誕生会&落語会

日時: 12月19日(木)  
午後2時～3時  
場所: 中央区東老人福祉センター  
内容: 参加者紹介・写真撮影・落語オカリナひまわりの演奏披露  
定員: 25名(要申込・先着順)  
※落語は若干名ですがお誕生日以外の方でもご参加いただけます。詳しくは、事務所までお問合せ下さい。

参加費無料

申込み  
済  
キャンセル待ち

### 全館停電のお知らせ

12月2日(月)正午から午後4時頃まで電気設備法定点検を行うため全館停電になります。そのため【囲碁サロン】はお休みとさせていただきます。予めご了承ください。

### センターだより11月号

お持ちのスマートフォン等で右の2次元コードを読み取っていただくと、センターだよりが、カラー版で見れます!



### Higashiの脳トレ12月号

※事務所窓口にて配布します! 参加費無料  
日時: 12月2日(月)～12月28日(土)  
午前10時～午後4時  
※利用証をご持参ください。(初めての方は発行します。)

#### 《センターをご利用のみなさまへ》

- ・センターのご利用は、**市内在住 60歳以上**の方が対象です。
- ・センターのご利用には、**利用証**が必要です。
- ・利用証がない方は、受付で発行いたします。
- ・(※住所・年齢の確認できるもの(健康保険証など)をご持参ください。)
- ・利用証をなくされた方は再発行いたしますので、お申し出ください。
- ・大阪市内に『暴風警報』が発令された場合は臨時休館とします。
- ・教室、行事等の日程を変更することがあります。

【開館時間】午前10時～午後5時  
【休館日】日曜・祝日・国民の休日・年末年始  
【所在地】大阪市中央区農人橋1-1-6  
【電話】6941-7719 【Fax】6941-7709

### 各同好会 年末お休み情報(11/12現在)

日	同好会名
12/24(火)	歌体操輝くバラの会
12/25(水)	東 de ラジオ体操 カードボランティア 詩吟
12/27(金)	オカリナひまわり 社交ダンス
12/28(土)	ハンドメイドひよこ 囲碁(備品掃除のためお休み)

### Instagram

最新の情報や報告などを発信しています。  
お楽しみに!是非フォローしてください!  
スマートフォンにInstagramのアプリを取得したい方は、職員がお手伝いします。お気軽にお声掛けください。



【大阪市立中央区東老人福祉センター 付近図】



※地下鉄谷町線・中央線谷町出口より徒歩3分

※イベントの申込は、センターだより発行日より受付けています。 ☎06-6941-7719

# 新設 キッズダンス教室

受講生大募集

来年1月から開講！！  
12月1日（日）～申込開始です

初心者大歓迎！



- ◇時間：金曜日 18:00～19:00
- ◇対象：年長～小学生
- ◇料金：6,160円/週1回・月4回
- ◇持ち物：動きやすい服装・館内シューズ

お問合せ・お申し込みは中央スポーツセンターまで  
大阪市中央区島之内2-12-31（中央会館4階）  
06-6211-2010（月曜休館 祝日の場合は営業し翌日休館）

公益財団法人 フィットネス21事業団

Instagram



# ジュニア体操教室

新規受講生 大募集中



「初めて」  
「初心者」  
大歓迎です！  
一緒に  
上達しましょう♪



- 曜日：木曜日
- 時間：A 15:30～16:30  
B 16:30～17:30
- 対象：5歳～小学2年生（各10名）
- 受講料：5,200円（税込）※週1回（月4回）
- 持ち物：動きやすい服装・タオル・飲み物

種目

- ◇マット（前転・後転～壁倒立等）
  - ◇跳び箱（目標は5段！）
  - ◇鉄棒（前回り～逆上がり・後ろ回り等）
- 簡単なことからスタートし、上達するに  
したがって、いろいろな事にチャレンジします！

お問合せ・お申し込みは中央スポーツセンターまで  
大阪市中央区島之内2-12-31（中央会館4階）  
06-6211-2010（月曜休館 祝日の場合は営業し翌日休館）

公益財団法人 フィットネス21事業団

授業風景はこちらから  
ぜひご覧ください  
↓↓

Instagram



今大流行しつつあるピクセルボールを  
冬休み前にぜひこの機会に体験してみませんか？

気軽に  
楽しめる  
新スポーツ

# ピクセルボール

## 体験教室

協力：さくらピクセルボール

**日程** 12月21日(土)

- ① 9:00～ 9:50 <小学生のみ>
- ② 10:00～10:50 <中学生以上>
- ③ 11:00～11:50 <中学生以上>

**申込方法** 窓口またはお電話にて  
12/1から申込受付開始！

体育館シューズを  
必ず  
お持ちください

**場所** 中央スポーツセンター第一体育場

**参加費用**  
16歳以上 200円  
16歳未満 100円

体育館シューズはレンタル  
ございません。  
必ずお持ちください。  
ラケットやボールは  
こちらで用意いたします。

**基本テクニック** ラケットの握り方やボールの打ち方など、基本から学びます！

**基本ルール** 例えばノンボレーゾーンではワンパンする前に打てません。

**ゲーム** 楽しいゲームを通じて、駆け引きや戦術を考えてみよう！

お問い合わせ先

中央スポーツセンター

大阪市中央区島之内2-12-31 (中央会館4階)  
06-6211-2010 (月曜休館 祝日の場合は営業し翌日休館)



Instagram



## 中央スポーツセンター 2024年度 教室のご案内

### 【4期制】第4期 10～12回コース

優先申込12月3日(火)から 一般申込12月10日(火)から申し込み開始

教室名	対象	曜日/時間	定員	受講料	回数	日程(変更の場合があります)
卓球	初級・中級	火 9:30～11:30	14名	¥9,600	12	1月 7 14 21 28 2月 4 11 18 25 3月 4 11 18 25
	初級・中級	金 9:30～11:30	14名	¥9,600	12	1月 10 17 24 31 2月 7 14 21 28 3月 7 14 21 28
	初心・初級	土 10:00～12:00	14名	¥9,600	12	1月 11 18 25 2月 1 8 15 22 3月 1 8 15 22 29
	中・上級	土 12:30～14:30	14名	¥9,600	12	1月 11 18 25 2月 1 8 15 22 3月 1 8 15 22 29
元気健康体操	制限なし	水 9:30～10:40	20名	¥5,500	11	1月 8 15 22 29 2月 5 12 19 3月 5 12 19 26
バレーボール	レベル制限なし	水 9:50～11:50	36名	¥7,000	10	1月 8 15 22 29 2月 5 12 19 26 3月 5 12
硬式テニス	C レベル制限なし	水 17:30～19:00	20名	¥10,800	12	1月 8 15 22 29 2月 5 12 19 26 3月 5 12 19 26
	D レベル制限なし	水 19:10～20:40	20名	¥10,800		1月 10 17 24 31 2月 7 14 21 28 3月 7 14 21 28
	E レベル制限なし	金 19:10～20:40	20名	¥10,800		1月 9 16 23 30 2月 6 13 20 27 3月 6 13 20 27
	F レベル制限なし	木 19:10～20:40	20名	¥10,800	12	1月 10 17 24 31 2月 7 14 21 28 3月 7 14 21 28
硬式テニス 初心者補強クラス	① 初心者	金 15:00～16:15	12名	1,100円/1回 (都度払い)	10	1月 10 17 24 31 2月 7 14 21 28 3月 7 14 21 28
② 初心者	金 16:15～17:30	12名	1月 10 17 24 31 2月 7 14 21 28 3月 7 14 21 28			
フリースタイル ダンス	レベル制限なし	金 19:15～20:30	16名	¥7,000	10	1月 10 17 24 31 2月 7 14 21 28 3月 7 14
★キッズテニス	A 小3～中学生	木 17:40～19:00	16名	¥10,800	12	1月 9 16 23 30 2月 6 13 20 27 3月 6 13 20 27
	B 小中学生	金 17:40～19:00	16名	¥10,800	12	1月 10 17 24 31 2月 7 14 21 28 3月 7 14 21 28

参加対象：★印の教室は子どものみ対象 ★印以外の教室は原則16歳以上の方が対象

申込：受講料を添えてフロントにてお申込みください。お電話・FAXでの受付は行っていません。

全教室、期途中であっても受講料は全額となります。

注意事項・申し込み後の種目・コース変更、キャンセルは受付いたしかねます。

・教室不参加の場合に受講料の返金はいたしかねます。予めご了承ください。

大阪市中央区島之内2-12-31

(中央会館4・5階)

大阪市立中央スポーツセンター

TEL 06-6211-2010

休館日：月曜日

(祝日の場合は翌日火曜日が休館)

# 習いごと広場 冬の教室

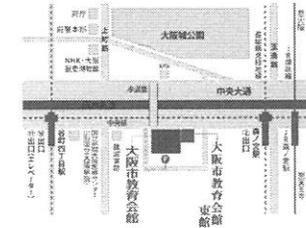
**開催会場** 大阪市教育会館東館 〒540-0006 大阪市中央区法円坂1-1-3B  
 TEL 06-6943-5021 FAX 06-6945-4833  
**内容担当** 一般財団法人 大阪市教育会館 TEL 06-6941-0951 FAX 06-6941-7474  
 E-mail: kaikan@zaidan.or.jp  
**申し込み方法** FAX・Eメールにて教室名、名前、住所、電話番号をご記入の上お申し込みください。  
 (受付時間 10:00～17:00 土、日、祝日を除く。電話による申し込みは不可。)

教室	日時	対象	定員	費用
1 フランス語講座 入門編・中級編	2/1・15・22・3/8・22・29 土曜日 【入門編】9:50～10:50 【中級編】11:10～12:10 全6回	【入門】どなたでも 【中級】フランス語の学習歴が3年以上ある方	各10名	10,000円 教材費 1,000円
2 楽しく学ぶ、 入門者・初心者のための英会話	2/3・10・17・3/3 月曜日 10:00～11:30 全4回	入門者・初心者	15名	8,000円 教材費 1,000円
3 “遊びながら英語力を育てる” 楽しい英語の教え方 ワークショップ	3/23 日曜日 10:00～12:00	幼児、小・中学生への英語教育に興味、見聞のある方 子どもに英語を教えたいと思っている方	20名	3,000円(教材費含む)
4 海外旅行に役立つ！ 店内・旅行英会話 木曜日クラス	3/6・13・20・27 木曜日 午前クラス：10:15～11:45 午後クラス：13:00～14:30 全4回	初級～中級レベル	各10名	8,000円
5 週末に楽しむ！ 店内・旅行英会話 土曜日クラス	3/1・8・15・22 土曜日 10:15～11:45 全4回	初級～中級レベル	10名	8,000円
6 中国語教室 ピンイン入門講座・ 聴く、話す中国語	2/4・18・25 火曜日 【ピンイン入門講座】9:20～10:20 【聴く、話す中国語】10:40～12:10 全3回	【ピンイン入門講座】 入門者 【聴く、話す中国語】 初心者～上級者	各15名	各10,500円 教材費 各1,500円
7 だれにでもすぐにできる手品！ 夢いっぱいマジック教室	2/8・22・3/1・15 土曜日 10:00～11:00 全4回	どなたでも	15名	4,000円(1回 1,000円) 教材費 6,000円(1回 1,500円)
8 各種イベントでも大好評！ 夢いっぱいバルーン教室	2/8・22・3/1・15 土曜日 11:00～12:30 全4回	どなたでも	15名	4,000円(1回 1,000円) 教材費 6,000円(1回 1,500円)
9 楽しく学ぶ中医養生学 形意五拳教室	2/2・9・16・3/2・9・16 日曜日 10:10～11:10 全6回	大人	15名	12,000円(1回 2,000円)
10 誰でもできる！ 簡化24式太極拳入門教室	2/2・9・16・3/2・9・16 日曜日 11:20～12:20 全6回	大人	15名	12,000円(1回 2,000円)
11 冬のプリザーブドフラワーアレンジ＆ フレッシュフラワーアレンジメント講座	【プリザ】2/1・3/1 10:00～12:00 土曜日 2回 【フレッシュ】2/17・3/24 13:30～15:00 月曜日 2回 全4回	お花の好きな女性	各6名	4,000円(1回 1,000円) 教材費 プリザ 12,000円(1回 6,000円) フレッシュ 10,000円(1回 5,000円)

習いごと広場 講習会場  
**大阪市教育会館東館**  
 〒540-0006 大阪市中央区法円坂1-1-3B  
 URL <https://www.zaidan.or.jp/>

## 利用案内

- 開催時間** 午前9時～午後9時 **休館日** 年末年始等 随時お知らせください
- 利用申込** 会費室での利用(簡単な食事を含む)受付は、利用月を含む6ヶ月前の1日から 特別の事由がある場合はご相談ください
- 受付時間** 会費室：午前9時～午後8時 電話：午前10時～午後8時
- 支払い** 会費室での申込を受けた方は、利用料を(振手形)から10日以内、予約日より利用日の直前の場合は利用日の前日まで、に納入してください。特別の事由がある場合はご相談ください



**お問い合わせお申し込み**  
 一般財団法人 大阪市教育会館事務局 (TEL.06-6941-0951)  
 FAX:06 (6941) 7474 E-mail:kaikan@zaidan.or.jp  
 大阪市民教育研究所 (TEL.06-6948-5418)  
 FAX:06 (6948) 5419 E-mail:kenkyusho@zaidan.or.jp  
 大阪市教育会館・大阪市教育会館東館フロント(TEL.06-6943-5021)  
 FAX:06(6945)4833 E-mail:annex@zaidan.or.jp



Instagram

大阪市教育会館

検索

<https://www.zaidan.or.jp/>



全11講座

申し込み方法	受講料のお支払い	注意
下記申込書にご記入の上、一般財団法人大阪市教育会館までEメール・FAX・郵送にてお申し込みください。(受付時間 10:00～17:00 土、日、祝除く。電話による申込は不可) <b>Eメール kaikan@zaidan.or.jp</b> <b>FAX 06-6941-7474</b> <b>郵送 〒540-0006 大阪市中央区法円坂1-1-35</b>	受講料・教材費は教室開講日に直接お支払ください。釣銭のいないようお願いいたします。お支払い頂いた受講料は原則としてお返しできません。 <small>※ご連絡なく欠席された場合は、材料費の請求をさせていただきます。</small>	先着順で定員になり次第締め切ります。締切日を過ぎても定員に満たない場合は、お申込みを受け付ける場合があります。(お問合せください。)やむをえない事情により日程・講師が変更になる場合があります。また、応募者が一定数に達しないなどの理由により開講を中止することがあります。あらかじめご了承ください。 お申し込みいただいた個人情報は財団事業運営に関するこののみに使用いたします。

## 習いごと広場 LEARNING SQUARE 2025 冬の教室 申込書

講座 No.	No.	教室名	年齢
フリック			
名前			
住所	(建物名・部屋番号までご記入ください)		
連絡先	携帯電話	E-MAIL	
	TEL	FAX	
備考	(クラス・時間等)		

お問い合わせ  
お申込み先・主催

一般財団法人 大阪市教育会館  
 TEL 06-6941-0951

後援 大阪市

# 1 フランス語講座 入門編・中級編

【入門編】フランス語を始めたい方、どなたでもいらしてください。文法を学びながら、旅行に使える会話を覚えていきましょう。【中級編】あいまに覚えていたことをおさらいして、定着させていきましょう。2,3年フランス語学習歴のある方が対象です。

●日程・時間帯・回数	【入門編】	【中級編】
第1回 2月1日(土)	役に立つ会話1	フランスの今
第2回 2月15日(土)	役に立つ会話2	フランスの今
第3回 2月22日(土)	役に立つ会話3	フランスの今
第4回 3月8日(土)	簡単なビジネスを覚えてみましょう	講読
第5回 3月22日(土)	簡単なビジネスを覚えてみましょう	講読
第6回 3月29日(土)	おさらい	おさらい

土曜日 【入門編】午前9時50分～10時50分 【中級編】午前11時10分～12時10分 全6回

講師 國津 洋子 フランス語通訳 翻訳 仏検1級 最優秀成績賞受賞

対象 【入門編】どなたでも 【中級編】フランス語の学習歴が3年ほどある方

定員 各10名 受講料 10,000円 教材費 1,000円

応募締切日 1月25日(土) 持ち物 辞書(入門編はなくてもOK)、筆記用具

# 4 海外旅行に役立つ! 店内・旅行英会話 木曜日クラス

旅先での英会話を中心としたアットホームなレッスンです。楽しいクイズや実用的な発音も取り入れています。90分間たっぷり英語をお楽しみください。

●日程・時間帯・回数

第1回 3月6日(木) 第2回 3月13日(木)

第3回 3月20日(木・祝) 第4回 3月27日(木)

毎週木曜日 全4回

午前クラス:午前10時15分～11時45分

午後クラス:午後1時～2時30分

講師 英語講師 吉村 麗子

定員 各10名

対象 初級～中級レベル

受講料 8,000円 応募締切日 2月24日(月)

持ち物 辞書(なくてもOK)、筆記用具



# 2 楽しく学ぶ、入門者・初心者のための英会話

楽しみながら英語を基礎から学びます。発音もフォニックス(音声学)を取り入れて練習するので、発音がうまくなります。簡単な英会話ができるようになり、海外旅行でも英語が使えるようになります。

●日程・時間帯・回数

第1回 2月3日(月) 第2回 2月10日(月)

第3回 2月17日(月) 第4回 3月3日(月)

絵で楽しく文の組立て方を学ぶので、英語が分かりやすく好きになります。体で実感して英語を覚えるので、英語がスラスラと出てきて、会話ができるようになります。

いずれの回も月曜日 午前10時～11時30分 全4回

講師 秦 清子 (大阪ユネスコ協会プロジェクトアドバイザー)

定員 15名 対象 入門者・初心者

受講料 8,000円 教材費 1,000円

応募締切日 1日前 持ち物 筆記用具

# 5 週末に楽しむ! 店内・旅行英会話 土曜日クラス

土曜日の午前を充実した時間にしませんか? 海外旅行で使える会話や発音をリラックスして90分レッスンします。一緒に英語をお楽しみしましょう。

●日程・時間帯・回数

第1回 3月1日(土) 第2回 3月8日(土)

第3回 3月15日(土) 第4回 3月22日(土)

いずれの回も土曜日 全4回

午前10時15分～11時45分

講師 英語講師 吉村 麗子

定員 10名

対象 初級～中級レベル

受講料 8,000円 応募締切日 2月19日(水)

持ち物 辞書(なくてもOK)、筆記用具



# 3 “遊びながら英語力を育てる” 楽しい英語の教え方ワークショップ

子どもは、あそびの中で学ぶことが大切です。絵カードを使ったゲームや、TPRと呼ばれる全身反応指導法など、聞く、話すだけでなく、からだ全体を使いながら子どもたちが自然に楽しく英語を学ぶための、教え方ワークショップです。

●日程・時間帯・回数

3月23日(日) 午前10時～12時

●英語を楽しみながら学べる、様々なゲームの指導法

●TPRを使った指導法

講師 大阪ユネスコ協会 プロジェクトアドバイザー 秦 清子 日本児童英語教育学会(JASTEC) 元理事 金山 敬

定員 20名

対象 幼児、小・中学生への英語教育に興味、関心のある方

子どもに英語を教えたいと思っている方

受講料 3,000円(教材費含む) 応募締切日 3月17日(日)

備考 お申し込みはOKです。お申し込みの時に、申し込みの理由をお知らせください。この講座は、単なる参加費です。予約が定員に達した際に、当日キャンセル 参加費を返金した予約返金を受け付けません。前々日(前日)のキャンセルは申し込みしては、返金できません。

# 6 中国語教室 ピンイン入門講座・聴く、話す中国語

【ピンイン入門講座】来るぞ、万博!今からでも間に合う!仲間たちと一緒に楽しく中国語を学びませんか?【聴く、話す中国語】中国語のコミュニケーション力をアップしませんか?聴いて、話して、耳と口を鍛えましょう!聴く力を伸ばす、会話力が向上できる!

●日程・時間帯・回数

	【ピンイン入門講座】	【聴く、話す中国語】
第1回 2月4日(火)	ピンイン入門講座Ⅰ	聴く、話す中国語Ⅰ
第2回 2月18日(火)	ピンイン入門講座Ⅱ	聴く、話す中国語Ⅱ
第3回 2月25日(火)	ピンイン入門講座Ⅲ	聴く、話す中国語Ⅲ

いずれの回も火曜日 全3回

【ピンイン入門講座】9:20～10:20 【聴く、話す中国語】10:40～12:10

講師 インイン 大阪市生涯学習インストラクター 大阪府立高等専修学校非常勤講師・インイン文化沙龍!代表

対象 【ピンイン入門講座】入門者 【聴く、話す中国語】初心者～上級者

定員 各15名 受講料 各10,500円 教材費 各1,500円

応募締切日 10日前 持ち物 筆記用具

# 7 だれにでもすぐにできる手品! 夢いっぱいマジック教室

「ボランティアマジックパルンショー出演5,000回!」めざして一緒に練習しませんか。定期的に「マジックパルンショー」も企画しています。年間、約100ヶ所から出演依頼がありますよ。

●日程・時間帯・回数

第1回 2月8日(土) 第2回 2月22日(土)

第3回 3月1日(土) 第4回 3月15日(土)

いずれの回も土曜日

午前10時～11時 全4回

講師 まぎ〜マモル(沢地 守)・パフォーマー-SHO 「となりの人間国宝さん」認定 東大阪市まちのすくれもの 登録

定員 15名 対象 どなたでも

受講料 4,000円(1回 1,000円)

教材費 6,000円(1回 1,500円) 応募締切日 前日

持ち物 バイスクルトランプ、45cmシルクハンカチ(必要な方、販売しています)



# 10 誰でもできる! 簡化24式太極拳入門教室

簡化24式太極拳は、初心者向けの套路(とうろ)で、日本武術太極拳連盟の太極拳段位認定にも用いられています。中医学の養生理論に基づいており、習得することで日常の運動能力の向上や改善に役立ちます。

●日程・時間帯・回数

第1回 2月2日(日) 第2回 2月9日(日)

第3回 2月16日(日) 第4回 3月2日(日)

第5回 3月9日(日) 第6回 3月16日(日)

午前11時20分～12時20分 全6回

講師 裴華 大阪精武体育会 コーチ・「六合勁修会」代表 「神戸南京町鍼灸六合治療院」鍼灸師

対象 大人 定員 15名

受講料 12,000円(1回 2,000円)

応募締切日 1日前

持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物



# 8 各種イベントでも大好評! 夢いっぱいのバルーン教室

保育所・幼稚園・小学校・児童保育・子供会・子ども食堂・ママ友・市民まつり・労働組合・各種イベント等々でも大好評! かわいいうるバルーンを、あなたも作ってみませんか。

●日程・時間帯・回数

第1回 2月8日(土) 第2回 2月22日(土)

第3回 3月1日(土) おひなさま 第4回 3月15日(土) お雛様さん(大・小)

いずれの回も土曜日

午前11時～12時30分 全4回

講師 まぎ〜マモル(沢地 守)・パフォーマー-SHO 「となりの人間国宝さん」認定 東大阪市まちのすくれもの 登録

定員 15名 対象 どなたでも

受講料 4,000円(1回 1,000円)

教材費 6,000円(1回 1,500円) 応募締切日 前日

持ち物 ハサミ、ゴミ袋、バルーンポンプ(必要な方、販売しています)



# 11 冬のプリザーブドフラワーアレンジ& フレッシュフラワーアレンジメント講座

冬は楽しいイベントがいっぱい! 花束とおひな様♡お客様をお招きするにふさわしい、素敵なアレンジメントをご一緒に作りましょう。プリザーブド、フレッシュフラワーアレンジメントだけのご参加も大丈夫です。

●日程・時間帯・回数

第1回 2月1日(土) ひな祭りのアレンジメント(プリザ)

第2回 3月1日(土) ミモザとグリーンの壁掛けアレンジ(プリザ)

第1回 2月17日(月) ひな祭りのアレンジメント(フレッシュ)

第2回 3月24日(月) インスタ映える壁の花束(フレッシュ)

【プリザ】午前10時～12時 土曜日 2回

【フレッシュ】午後1時30分～3時 月曜日 2回 全4回

講師 花のアリエカKAN フラワー1級装飾技能士

定員 各6名 対象 お花の好きな女性

受講料 4,000円(1回 1,000円)

教材費 プリザ12,000円(1回 2,000円)、フレッシュ10,000円(1回 1,000円)

応募締切日 10日前 持ち物 花切りハサミ・新聞紙 作品を持ち帰るマチの広い紙袋



# 9 楽しく学ぶ中医養生学 形意五行拳教室

五行拳は近代できた武術、形意拳の中の基本動作です。養生に優れた効果があります。五つの動作が簡単で中医学五行説に基づいてわかりやすく解説します。

●日程・時間帯・回数

第1回 2月2日(日) 第2回 2月9日(日)

第3回 2月16日(日) 第4回 3月2日(日)

第5回 3月9日(日) 第6回 3月16日(日)

いずれの回も日曜日

午前10時10分～11時10分 全6回

講師 裴華 大阪精武体育会 コーチ・「六合勁修会」代表 「神戸南京町鍼灸六合治療院」鍼灸師

対象 大人 定員 15名

受講料 12,000円(1回 2,000円)

応募締切日 1日前

持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物




ワクワク!

# はやこ 能楽囃子の世界

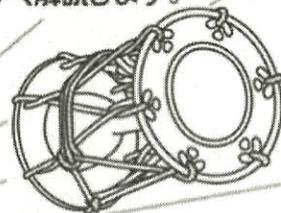
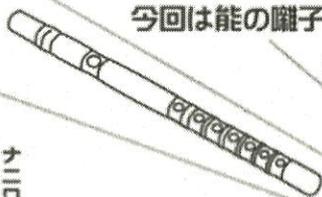
～なにわの音を体験しよう～

600年以上前から続く日本の代表的な伝統芸能「能」。

大阪市中央区には2つの能楽堂があるなど能楽に深いゆかりのある地域です。

能は言葉が難解でわかりにくい、とっつきにくいと思われがちですが、今回は能の囃子（楽器演奏）にスポットを当て、わかりやすく解説します。

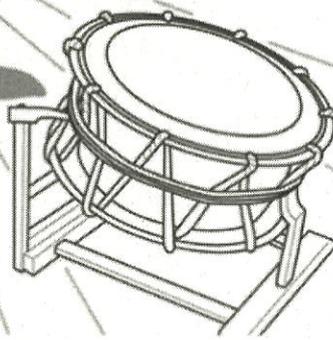
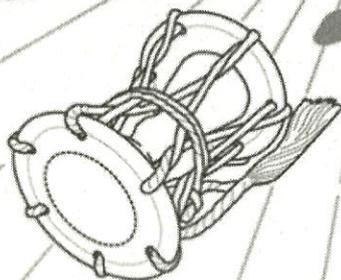
まずは音楽として能を体験してみましょう。



参加無料  
事前応募制

※応募方法は裏面  
をご覧ください

ナニワノヲト  
大阪、兵庫を拠点とする若い能楽囃子方（はやしかた）  
貴光啓蔵（さだみつとものり）（能楽師 笛方 森田進）  
成田泰（なりたそう）（能楽師 小鼓方 藤田進）  
山本寿弥（やまもととしや）（能楽師 大鼓方 大倉直）  
中田一葉（なかつかかずは）（能楽師 太鼓方 金巻進）  
による4人のユニット。



日時 令和6年 12月15日(日)  
14:00～16:00(開場13:30予定)

会場 大阪市立中央会館

対象 小・中学生とその保護者

定員 100名50組

(往復はがき1枚につき保護者1名子ども2名まで)  
※未就学児はご参加できません。※中央区在住・在勤・在学者優先

申込締切

12月10日(火)

※応募多数の場合は、区内在住・在勤（在学）者を優先して抽選のうえ、メールまたは返信ハガキにて12月2日(月)までに返送します。

内容

お話、楽器説明、実演、楽器演奏体験

講師

ナニワノヲト

会場アクセス

### 応募方法

- ・HPの申し込みフォーム
- ・(株)コテンゴテンのHPより (<https://coten-goten.com/>)
- ・往復はがきにて、下記項目を記入し、申込先住所へ郵送してください。
  - ①参加者名(子ども、保護者。はがき1枚につき保護者1名・子ども2名まで)
  - ②子どもの学年・学校名
  - ③郵便番号・住所(区内在勤の場合は、勤務先も)
  - ④日中連絡が取れる電話番号
  - ⑤手話通訳を希望される方や、申しすでお越しになる方は、その旨をご記入ください。



※応募はコチラから

### 申込先

〒590-0972  
堺市堺区堀神領町1-4-5-1201  
株式会社コテンゴテン 能楽囃子の世界 係

### 問合せ

電話：070-8428-8515  
(9:00～17:00 株式会社コテンゴテン)  
(留守電対応)  
メール：office@coten-goten.com

〈記載例〉

往復の宛名面	返信の文面
返信の宛名面	往復の文面



大阪市立中央会館  
(中央会館之内2丁目12番31号)  
大阪メトロ御堂線・長堀鶴見緑地線「長堀橋駅」  
自着出口から約400m  
エレベーターをご利用の際はフラスタ製履のエレベーター  
をご利用ください。