

## パークファン 公園で朝ヨガ♪



朝の清々しい空気の中でヨガを楽しみませんか。青空の下、心身ともにリラックスする時間を過ごしましょう！

**【日時】**①4/18(土)8:00～9:00  
②5/ 3(日・祝)9:00～10:00  
※雨天中止

**【場所】**高見新家公園

**【主催】**

①国際ヨガ協会所属 平松絵理

毎月第3土曜開催予定

②ヨガインストラクターmana

**【問合せ】**建設局

公園緑化部調整課

☎6615-6705



**【対象】**15歳以上  
**【定員】**20名(先着順)  
**【費用】**510円  
**【持ち物】**館内用シューズ  
**【申込】**当日受付窓口にて  
**【場所・問合せ】**  
此花スポーツセンター  
☎6465-5800 ☎6465-5816 HP



## スマホセミナーを開催します！



マップやカメラを使ってみよう！

**【日時】**4/9(木)・4/22(水)・5/14(木)  
10:30～12:00

**【場所】**区役所3階 講堂A

**【定員】**10名(予約制・先着順)

**【持ち物】**筆記用具

**【講師】**ソフトバンク株式会社  
スマホアドバイザー

**【申込】**下記問合せへ電話または来所にて

**【問合せ】**地域サポート課  
(地域サポート)④番窓口

☎6466-9734 ☎6466-9919

## このはな倶楽部

お手軽参加の『このはな倶楽部』で運動習慣を身につけましょう。

①筋トレ基礎&有酸素運動 4/7(火)・4/21(火)  
9:45～10:30

②からだコンディショニング 4/14(火)・4/28(火)  
9:45～10:30

③リズム体操 4/ 1(水)・4/ 8(水)・  
4/15(水)・4/22(水)  
10:00～10:45

④骨盤メンテナンス 4/10(金)・4/24(金)  
10:45～11:30

⑤美ウォーク 4/17(金)  
10:45～11:30

## 令和8年度 子ども読書の日記念事業 春の子ども会

大型絵本やパネルシアターを、みんなで楽しもう！

**【日時】**4/25(土)11:00～11:30

**【場所】**此花図書館

**【定員】**30名(当日先着順)

**【主催・問合せ】**

此花図書館

☎6463-3463 ☎6463-9688

## 「奏筆講座」の開催



筆ペン、水彩絵の具を使い楽しく描きましょう。

**【日時】**4/28(火)13:30～15:00

**【場所】**此花区老人福祉センター大広間

**【対象】**60歳以上の方

**【定員】**20名(先着順)

**【講師】**奏筆®協会認定講師 栄永氏

**【持ち物】**1人用レジャーシート・新聞紙・  
手拭きタオル・靴袋

**【費用】**500円(材料代)

**【申込】**4/10(金)11:00～来館にて  
(定員に余裕があれば13:30～電話にて受付可)

**【主催・問合せ】**

此花区老人福祉センター

☎6463-3464

☎6464-0766



## 自分再発見！ このはなキラリ講座

リハビリ専門職と、心身の健康づくりや目標を考える全4回の講座です。

**【日時】**5/19(火)・6/2(火)・6/30(火)・  
7/21(火)10:00～12:00

**【対象】**65歳以上で全4回参加できる方

**【定員】**10名(先着順)

**【費用】**500円(資料代)

**【申込】**下記問合せへ電話にて

**【場所・問合せ】**

此花区南西部地域包括支援センター

☎6462-9301

## 此花区コミュニティ育成事業 ボランティア募集！

～地域参加、してみませんか？～



此花区子どもフェスタ……………6/7日

第52回このはな区民まつり……10/25日

此花区成人の日記念のつどい…1/11月祝

子どもフェスタやこのはな区民まつり、成人の日記念のつどい(成人式)運営に関わるボランティアを募集します。受付・導線整理・広報・体験ブース補助・ステージ進行など役割は多様。個人はもちろん、企業・学校・団体も大歓迎です。あなたの得意で地域を楽しく盛り上げてみませんか？

**【場所】**区内(此花区民一休ホールなど)

**【持ち物】**適宜ご連絡します。

**【申込】**随時受付します。

**【主催】**此花区コミュニティ育成事業実行委員会

**【問合せ】**此花区民一休ホール

☎6463-1100 ☎6463-1103

※いずれの事業でも、ボランティア参加者への事前説明会を実施します。