

働き世代のための食育教室

要予約

【日時】10/30(金) 10:30～13:30
 【場所】区役所1階栄養指導室
 【持物】エプロン、三角巾、マスク
 【費用】1人600円(材料費+保険料)
 【対象者】区内在住、在勤の方
 【申込】10/22(木)までに窓口・電話・行政オンラインシステムにて
 【共催】此花区食生活改善推進員協議会
 【問合せ】保健福祉課(地域保健) 22番窓口
 ☎ 06-6466-9882
 FAX 06-6463-1606
 申込はこちら(10/2から)▶



オータムチャレンジスポーツ

無料

大人から子どもまで誰でも参加できます！
 【日時】10/12(月・祝) 9:50～11:50
 【場所】此花スポーツセンター
 【種目】スリーアイズ・ボッチャ・モルック・フライングディスク
 【持ち物】上履き、飲み物
 【問合せ】スポーツ推進委員此花協議会 池田
 ☎ 090-3615-0006

手軽に運動できる『このはな倶楽部』

予約不要

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
10/6・10/20(火) 9:45～10:30
- ②からだコンディショニング
10/13・10/27(火) 9:45～10:30
- ③リズム体操
10/7・10/14・10/21・10/28(水) 10:00～10:45
- ④ヨガ&ピラティス ※10月からの新教室です！
10/7・10/14・10/21・10/28(水) 11:00～11:45
- ⑤骨盤メンテナンス
10/9・10/23(金) 10:45～11:30
- ⑥美ウォーク
10/16(金) 10:45～11:30

【対象】15歳以上
 【定員】各20名(先着順)
 【費用】510円
 【申込】当日受付窓口にて
 【問合せ】此花スポーツセンター
 ☎ 06-6465-5800
 FAX 06-6465-5816



「開放DAY」は10月も実施！日程はこちら▼



百歳体操全体交流会・サポーター養成講座

百歳体操全体交流会

いきいき百歳体操の効果を学んで転びにくい身体を手に入れましょう！

【日時】11/9(月) 13:30～15:30
 【場所】此花区民一休ホール
 【対象】百歳体操に参加している方、参加していないが興味のある方、区内の関係機関、支援者の方
 【申込】10/31までに来所、電話 行政オンラインシステムにて

百歳体操サポーター養成講座

百歳体操について学び、サポーターとして地域でも活動してみませんか？

【日時】11/19(木)、12/3(木)、12/10(木)、12/17(木) 各13:30～15:30
 【場所】区役所2階講堂E (※12/3のみ3階講堂ABC)
 【申込】11/10(火)までに来所、電話にて
 【問合せ】保健福祉課(保健活動) 23番窓口

☎ 06-6466-9968



全体交流会はこちら▲



養成講座はこちら▲

第22回 ハピネスふれあい音楽祭inこの花

今年も此花区PR大使 徳永ゆうきさんが出演！

【日時】12/19(土) 13:30～16:00
 【場所】クレオ大阪西・大阪市立こども文化センター
 【定員】300名(先着)
 【費用】小学生以上500円(協賛金)
 【申込】10/15(木)よりクレオ大阪西・こども文化センター、此花区民一休ホールにて協賛金と引き換えに入場券をお渡しします。
 【一時保育】対象は1歳～就学前(先着4名)、10/30(金)までに下記問合せに申込
 【問合せ】地域サポート課(地域サポート)34番窓口

☎ 06-6466-9734
 FAX 06-6466-9919

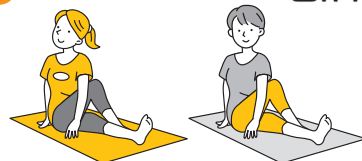
パークファン公園で朝ヨガ

無料

予約不要

朝の公園でヨガを楽しみませんか。初めての方も安心してご参加ください。

【日時】10/17(土) 8:00～9:00 ※雨天中止
 【場所】高見新家公園
 【主催】国際ヨガ協会所属 平松絵理(毎月第3土曜開催予定)
 【持ち物】飲み物・日よけグッズ・(お持ちの方は)ヨガマット
 【問合せ】建設局 公園緑化部調整課
 ☎ 06-6615-6768



募集

高齢者食事サービス事業の利用者・ボランティア募集中

地域の方々が協力し、配食や会食を通じて高齢者の健康増進や地域交流を支援する活動を行っています。利用者の方はもちろん、活動を支えるボランティアも募集しています。ぜひご参加ください。

【問合せ】保健福祉課(福祉) 6番窓口
 ☎ 06-6466-9859



大阪市営住宅内での地域支援活動団体を募集します！(令和9年度活動開始分)

【募集期限】11/17(火)まで
 【募集団体】秀野西住宅4号館 106号室 他11住宅
 【対象】高齢者支援や子育て支援などを行うNPO等の団体
 【費用】使用料は募集要項に記載(非営利団体は使用料1/2減額措置制度あり)
 【申込】下記【問合せ】へ応募申請書を持参または郵送(持参は17:30まで)
 【問合せ】市役所1階 都市整備局 住宅部建設課団地再生グループ

☎ 06-6208-8424
 FAX 06-6202-7063
 ka0042@city.osaka.lg.jp



広報誌に掲載する広告を募集しています。

【問合せ】政策共創課31番窓口 ☎ 06-6466-9975 広報このはな 広告 検索 NO.365