

日付	イベント・講座名	時間	場所	問合せ先	URL	カテゴリ (空欄はイベント・講座)
3/4(水)	スマホ教室(カメラ) 対象:大阪市内在住の60歳以上の方 定員:20名(抽選) 申込期間:2月24日(火曜日)10時~2月25日(水曜日)17時まで 抽選結果発表:2月26日(木曜日)14時以降(館内掲示または電話問合せ) ご自分のスマホで受講できます。 貸し出しをご希望の方はお申し出ください。	10時30分~12時	西区老人福祉センター	西区老人福祉センター 06-6582-9552	西区老人福祉センター 大阪市西区社会福祉協議会	
3/5(木)	ボールとチューブでストレッチ 対象:大阪市内在住の60歳以上の方 定員:35名(抽選) 申込期間:2月24日(火曜日)10時~2月25日(水曜日)17時まで 抽選結果発表:2月26日(木曜日)14時以降(館内掲示または電話問合せ)	14時~15時	西区老人福祉センター	西区老人福祉センター 06-6582-9552	西区老人福祉センター 大阪市西区社会福祉協議会	
3/7(土)	「おおさか・にし・おもちゃ病院」 定員:当日先着10組(原則おもちゃ1つまで)	13時30分~14時30分(受付)	西区子ども・子育てプラザ 2階講習室	西区子ども・子育てプラザ 06-6582-9553	https://osaka-kosodate-nishi.net/events/%e3%81%8a%e3%81%8a%e3%81%95%e3%81%8b%e3%83%bb%e3%81%ab%	
3/9(月)	仏画曼荼羅アート 「千支本尊お守り」作りにチャレンジ! 3月9日、23日(月)の2回で完成させます。 定員 15名(申込先着順) 参加費 3,000円(全2回分・教材費込) 持物 筆記用具(シャープペン・消しゴム)	13:30~15:30	ハウスビルシステム西区民センター	ハウスビルシステム西区民センター 06-6531-1400	https://osaka-nishikumincenter.jp/arc-hives/24071	
3/10(火)	かなえる健康広場 対象:大阪市内在住の60歳以上の方 定員:30名(抽選) 申込期間:3月3日(火曜日)10時~3月4日(水曜日)17時まで 抽選結果発表:3月5日(木曜日)14時以降(館内掲示または電話問合せ)	14時~15時	西区老人福祉センター	西区老人福祉センター 06-6582-9552	https://nishi-fukushi.or.jp/cms_nishi/wp-content/uploads/2026/01/81dcef424b55798d2782271a6b7ff24e.pdf	
3/14(土)	ママのライフプランニング 対象:乳幼児親子、ファミサポ会員 定員:10名程度 ☆一時保育あり定員6名 申込期間:2月25日(水)~ 来館・電話(先着順)	13時30分~14時30分	西区役所合同庁舎6階	西区子ども・子育てプラザ 06-6582-9553	https://osaka-kosodate-nishi.net/events/%e3%83%9e%e3%83%9e%e3%81%ae%e3%83%a9%e3%82%a4%e3%83%95%	
3/14(土)	プラザ★ドッジボール大会 対象:小学生・中学生対象 定員:30名(申込先着順) 申込開始:2月12日(木曜日)9時	15:30~16:30	西区子ども・子育てプラザ(1階軽運動室)	西区子ども・子育てプラザ 06-6582-9553	https://osaka-kosodate-nishi.net/events/%e3%83%97%e3%83%a9%e3%82%b6%e2%98%85%e3%83%89%e3%83%83%	
3/8(日)	多胎児親子交流会 *しろくまヨガの西けいこ氏による ヨガの体験もあります。 対象:未就学の多胎児親子、多胎児を妊娠中の方 申込方法:2月18日(水)~プラザHP申込フォームから	10時~11時30分	西区子ども・子育てプラザ(1階軽運動室)	西区子ども・子育てプラザ 06-6582-9553	https://osaka-kosodate-nishi.net/events/%ef%bc%93-%ef%bc%98%ef%bc%88%e6%97%a5%ef%bc%89%e5%a4%9a%e8%83%8e%e5%85%90%e8%a6%	