

イベント・講座

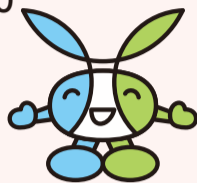
費用記載のないものは無料

西区民まつり「文化と健康のつどい」ステージ出演者募集

今年度から西区民まつり「文化のつどい」と「健康のつどい」を一緒に開催します!!

11月3日(日)9:30~16:00

民謡、民踊、音楽、コーラス、ダンス、パフォーマンスなど、幅広いジャンルで募集します!(カラオケ不可)



場 西区民センター

申 申込書に必要事項を記入して、送付、FAX、メールでお申し込みください。電話での受付はできません。

QRコードはこちら▶



締 7月31日(水)当日消印有効

※申込み多数の場合は抽選となります。

※詳しくは、ホームページまたは区役所4階・6階に設置している募集要項をご覧ください。

申 問 西区民まつり実行委員会事務局
(社会福祉法人大阪市西区社会福祉協議会内)
〒550-0013
西区新町4-5-14西区役所合同庁舎6階
☎06-6539-8075 ☎06-6539-8073
✉ nishicom@nishi-fukushi.or.jp

さくらんぼ ~ふたごを妊娠中のプレママと先輩ママとの交流会~



7月29日(月)10:00~11:30

ふたごちゃんの妊娠や育児について語り合い、情報交換をしませんか。

場 区役所2階

対 区内在住のふたごを妊娠中の方・ふたごを子育て中の方(就学前まで)

問 保 保健福祉課(保健活動)

☎06-6532-9968 ☎06-6532-6246

健康講座保健栄養コース

【受講生募集】全9回 申込先着順

- ①9月13日(金) ②9月20日(金)
- ③9月30日(月) ④10月4日(金)
- ⑤10月11日(金) ⑥10月15日(火)
- ⑦10月21日(月) ⑧11月1日(金)
- ⑨11月15日(金)

13:30~16:00(⑧のみ9:30~12:00)

食生活を中心に健康づくりのための基礎的な知識や日常生活で手軽に実践できる運動など、楽しく学んでいただく9回連続の講座です。6回以上出席された方へは修了証を交付します。健康づくりに関心をお持ちの方々の参加をお待ちしています。

バランスよく食べよ



場 区役所2階 集団検診室ほか

対 区内在住の方

定 30名

締 7月5日(金)~8月30日(金)

申 問 保 保健福祉課(地域保健)

☎06-6532-9882 ☎06-6532-6246

QRコードはこちら▶



西区民センター 北堀江4-2-7

☎06-6531-1400 ☎06-6531-1402

アロマで虫よけスプレー作り 申込先着順

7月27日(土)

①9:45~10:45 ②11:00~12:00

【講師】安松谷 有希子氏 (AEAJ認定アロマセラピスト)

対 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

定 各10名

費 1,200円

持 持ち帰り用袋

締 7月25日(木)

蓄音機サマーコンサート 申込先着順

8月3日(土)14:00~

「蓄音機で聞く懐かしのジャズ・ポピュラー女性ボーカル」

【講師】高橋 俊郎氏 (帝塚山学院[帝塚山派文学学会]副代表)

定 80名

費 前売券700円、当日券800円

西区子ども・子育てプラザ 本田3-7-2

☎06-6582-9553 ☎06-6582-9554

休館日:毎週月曜日、祝日

※いずれも当日自由参加できます。

親子リトミック

7月12日(金)10:30~11:00

みんなでストレッチ

7月20日(土)10:30~11:00

大阪科学技術館

靱本町1-8-4

☎06-6441-0915 ☎06-6443-5310

休館日:第1・第3月曜日

7月13日(土) 展示リニューアルオープン

新たなブースも加わってさらにパワーアップ! ※7月1日(月)~12日(金)は改装工事のため休館します。

第33回大阪科学技術館展示改装記念イベント

7月13日(土)14:00~15:30

国立天文台 副台長 渡部 潤一氏 特別お話し「続々見つかる第二の地球候補~宇宙生命発見への期待~」 ※事前申込が必要です。詳しくは、科学技術館ホームページをご覧ください。



テクノくん夏祭り

7月14日(日)10:00~16:30

毎年恒例「テクノくん夏祭り」を今年も開催! 終日「工作」や「実験」など盛りだくさん。その他の夏休み期間中もさまざまなイベントを実施します。

西スポーツセンター

立売堀4-10-18 阿波座センタービル6階

☎06-6538-3413 ☎06-6538-3419

休館日:毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

シニア健康体操教室 全11回

7月4日から毎週木曜日 15:00~16:30

無理せず、楽しくマイペースで運動しましょう。

定 35名

費 4,300円(税込)

※1人1回のみ390円で体験できます。

親子体操教室 全10回

7月6日から毎週土曜日

1歳~2歳5か月 9:10~10:25

2歳6か月~5歳 10:35~11:50

親子でリズム体操やボールを使って楽しく運動します。

定 各30組

費 6,200円(税込)

※1人1回のみ620円で体験できます。



大阪市立中央図書館

北堀江4-3-2

☎06-6539-3326 ☎06-6539-3336

休館日:第1・第3木曜日(祝日・休日は開館)

第9回 こどもといっしょに! 一絵本を楽しむ西区の日



7月7日(日)13:30~16:00

西区で活動するボランティアグループの皆さんによる絵本の読み聞かせや紙芝居など、2時間30分のスペシャルおたのしみ会です!

定 80名

親子で学ぼう!

大雨へのそなえかた 当日先着順

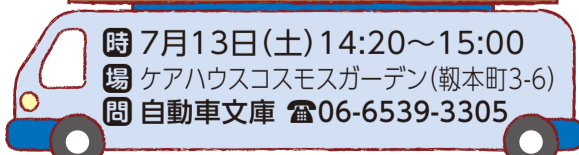
7月26日(金)14:00~15:30

大雨が降った時など危険から身を守るためにはどうすればいいか、クイズを交えながら親子で楽しく防災について学びましょう。

定 60名

【共催】大阪管区気象台

移動図書館まちかど号 巡回日



時 7月13日(土)14:20~15:00

場 ケアハウスコスモスガーデン(靱本町3-6)

問 自動車文庫 ☎06-6539-3305

生涯学習ルーム公開体験講座 申込不要

各小学校の生涯学習ルームで行っている講座を中央図書館で体験できます。どなたでもお気軽にご参加ください。

【ヨガ(日吉小)】7月22日(月)10:30~11:30

※動きやすい服装でご参加ください。

【コーラス(堀江小)】8月2日(金)10:30~12:00

場 中央図書館5階中会議室

問 区 総務課(教育)

☎06-6532-9743 ☎06-6538-7316

うつ病の家族教室 全2回 申込先着順

うつ病についての正しい知識を学び、病気を理解し、本人への接し方を考えてみませんか。また、同じ病気をもつ家族の方と語り合ってみませんか。



【南コース】

7月23日(火)、30日(火)14:00~16:00

場 大阪市保健所(あべのメディックス11階)

締 7月18日(木)

【北コース】

10月19日(土)、26日(土)14:30~16:30

場 大阪市こころの健康センター(都島センタービル3階)

締 10月16日(水)

内 うつ病の理解と治療、家族の対応について精神科医師による講義、グループセッション

対 市内在住で、うつ病と診断されている方のご家族 ※手話通訳等、障がいにかかわる配慮を必要とされる場合は、お申込み時にご相談ください。

定 各20名

申 問 保 保健福祉課(保健活動)

☎06-6532-9968 ☎06-6532-6246