

参加してみませんか？

イベント・講座

費用の記載のないものは無料

子育て
カレンダー
はこちら

イベント・
講座一覧
はこちら

! 新型コロナウイルス感染症の影響などにより、イベント・講座が中止・延期される場合があります。最新情報は各問合せ先にご確認ください。また参加時には、主催者による感染拡大防止策にご協力をお願いします。

おもちゃ病院 ドクター養成講座

西区子ども・子育てプラザでは月に1回おもちゃ病院を開院しています。あなたも子どもたちの大切なおもちゃをなおすドクターになってみませんか。おもちゃ修理に必要な知識や道具の使い方など実践的に学びます。子どもたちの笑顔に出あえるボランティア活動です！

日時 ①10月8日(土)10:00～15:00(昼休憩あり)
②11月5日(土)13:30～15:30

場所 西区子ども・子育てプラザ

対象 両日参加でき、ボランティア活動に興味がある方

定員 10名(申込先着順)

申込締切 9月30日(金)

問合せ 西区社会福祉協議会(西区役所合同庁舎6階)
TEL 06-6539-8075 FAX 06-6539-8073

第7回西区 スリーアイズ大会

「スリーアイズ」は、チーム対抗でボールを投げたり転がしたりして、9つのマス目にボールを入れて得点を競います。幼児からご高齢の方まで、障がいをお持ちの方も参加できるバリアフリースポーツです。

日時 10月16日(日)10:00～13:00

場所 西スポーツセンター

定員 16チーム
(1チーム3～8名)(申込先着順)

申込み 電話・FAXで、代表者名・連絡先・人数をお知らせください。

申込締切 9月22日(木)

※自転車でご来場の方は、近隣の有料駐輪場をご利用ください。

障がい者スポーツ振興の取組みはこちら

問合せ 西区スポーツ推進委員協議会(西区社会福祉協議会内)
TEL 06-6539-8075 FAX 06-6539-8073

骨太フッキング

日本人に不足しがちなカルシウムの摂り方や普段の生活で心がけたいことについて講話します。講話のあと乳製品を使ったお料理とかんたんデザートを作ります。

日時 11月1日(火)10:00～13:00

場所 区役所2階 栄養指導室・集団検診室

内容 栄養士による講話と調理実習

献立 ツナと小松菜の豆腐チャンプルー、れんこんとごぼうのミルクきんぴら、ふわふわパンプディング

対象 区内在住の方

定員 12名(申込先着順)

費用 500円(保険代込み・当日徴収)

持ち物 エプロン、三角巾(大きめのハンカチ)、マスク、筆記用具、手拭き用タオル

申込期間 9月6日(火)～10月25日(火)

問合せ 区保健福祉課(地域保健) 3階34番窓口
TEL 06-6532-9882 FAX 06-6532-6246

西区体育厚生協会 社交ダンス教室

脳トレ!免疫力・コミュニケーション力アップ!老けない身体づくりに最強の「社交ダンス」。貴方も一歩踏み出して楽しく身体を動かしてみませんか?9月末まで無料お試し期間中です。

日時 毎週水曜日
初級クラス 19:00～20:00
中級クラス 19:00～20:30

場所 ハウスビルシステム西区民センター 1階ホール

対象 40歳以上の方

費用 初級 6,000円、中級 8,000円
(いずれも月4回の月謝制)

問合せ 西区体育厚生協会事務局(西区民センター内)
TEL 06-6531-1400 FAX 06-6531-1402

西区民まつり「文化と健康のつどい」

「区民作品展示」出展作品募集

絵画や書など、皆さんのアート作品を募集します。一緒に心のふれあう場を創りましょう。

日時 11月6日(日)9:30～15:00

場所 ハウスビルシステム西区民センター 会議室

募集作品 絵画、書、写真、工芸、短歌・俳句・川柳

対象 区内在住・在勤・在学の方

出品数 種目別に1人1点、複数種目への参加可

申込み 申込書に必要事項を記入のうえ、持参・送付・メールでお申し込みください。

※電話・FAXでの受付はできません。
※持参受付は平日9:00～17:30
※申込多数の場合は抽選。

申込締切 9月22日(木)当日消印有効
(持参は9月22日(木)17:30)

※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でご確認ください。

申込み問合せ 西区民まつり実行委員会「作品募集」係
(社会福祉法人 大阪市西区社会福祉協議会内)
〒550-0013 新町4-5-14 西区役所合同庁舎6階
nishicom@nishi-fukushi.or.jp
TEL 06-6539-8075 FAX 06-6539-8073

ハウスビルシステム 西区民センター

北堀江4-2-7
TEL 06-6531-1400 FAX 06-6531-1402

ホームページはこちら

にっしーday特別企画 ホールで卓球を楽しもう!

日時 9月24日(土)①10:00～12:30②13:30～16:00

定員 各20名(申込先着順)

費用 500円(保険料含む)、障がいをお持ちの方は200円
※ラケットをお持ちでない方はレンタル料別途50円

持ち物 運動しやすい服装と靴(サンダルは不可)、水分補給飲料

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
TEL 06-6538-3413 FAX 06-6538-3419
休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)

ホームページはこちら

背骨コンディショニング教室 ワンコイン体験

背骨が原因とされる体の不調を、簡単な体操で改善し、動きやすい体づくりをめざします。

日時 9月13日・27日(火)12:00～13:00

定員 各3名(申込先着順)

費用 500円(税込)(通常は1,070円)

持ち物 動きやすい服装、首当て用のフェイスタオル、水分
※体験は1人1回のみ

ピラティス教室 ワンコイン体験

体幹部の筋力・柔軟性を整えて、動かしやすい体をつくります。年齢に関わらずご参加いただけます。

日時 9月14日・21日(水)15:20～16:20

定員 各3名(申込先着順)

費用 500円(税込)(通常は1,090円)

持ち物 動きやすい服装、タオル、水分
※体験は1人1回のみ

大阪市立中央図書館

北堀江4-3-2
TEL 06-6539-3326 FAX 06-6539-3336
休館日 第1・第3木曜日

ホームページはこちら

パネル展示「世界アルツハイマーデー を知ろう2022」展

9月21日(水)の世界アルツハイマーデーにちなんで、西区社会福祉協議会によるパネル展示を行います。図書展示「読む・知る・認知症2022」とあわせて、ぜひご覧ください。

期間 9月16日(金)～10月19日(水)

問合せ TEL 06-6539-3301

移動図書館まちかど号巡回日

日時 9月10日(土)14:20～15:00

場所 ケアハウスコスモスガーデン(靱本町3-6)

問合せ 自動車文庫
TEL 06-6539-3305

詳しくはこちら