

西成区の講座&イベントを紹介する情報冊子



令和 8 年

2 月号

毎月25日発行

まなびや

西成区生涯学習情報紙

今月の1枚



昨年12月17日に老人福祉センターで、「年忘れ演芸文化大会」を開催しました！
素敵なゲスト出演もあり楽しい時間を過ごしました♪（写真は詩吟サークル）

もくじ

■ 今月の1枚『老人福祉センター「年忘れ演芸文化大会」』	… 1
■ 老人福祉センター「年忘れ演芸文化大会」の詳細記事	… 2
■ 老人福祉センター	… 3
■ 大阪市社会福祉研修・情報センター	… 4・5
■ フィットネス21 西成スポーツセンター	… 6
■ 阿倍野市民学習センター	… 7
■ 西成区民センター	… 8
■ 西成図書館	… 9
■ 西成区子ども・子育てプラザ	… 10
■ 西成区役所「西成区生涯学習フェスティバル」	… 11
■ 西成区社会福祉協議会「防災企画展」	… 12

【発行】大阪市西成区役所 市民協働課（生涯学習）電話 06-6659-9734

「まなびや」は、
西成区のホームページ
でもご覧になれます。



生涯学習の
ページは
こちらから♪



「演芸文化大会」では各サークルが、日頃の練習の成果を遺憾なく発揮！
センターでは、仲間づくり、健康づくり、楽しく長く続けることを目標に下記のサークルが活動中です。
4月からの新年度に向けて、興味のあるサークルが見つかったら是非、見学にお越しください。
★今年のゲストパフォーマンスは「マリフレールカルテット」さんのすばらしい演奏。
クラシックから童謡、イントロクイズ、などなど盛りだくさんのプログラムで楽しみました。



書道サークル



マリフレールカルテットの素敵な演奏♪



俳句サークル



↑英会話サークル①



↑踊りサークル



↓手話サークル



♪カラオケサークル



↑民謡サークル



↑大正琴サークル



親衛隊の応援も♡



↓ギターサークル



舞踊サークル↓

情熱大陸の
あの方!!か?

サークル名		実施曜日	実施時間
1	英会話①	第1・3月曜日	1時～2時30分
2	英会話②	第1・3月曜日	10時30分～12時
3	英会話③（上級）	第2・4金曜日	10時15分～12時
4	手話	第1・3水曜日	1時30分～3時30分
5	書道	第2水曜日	10時15分～12時
6	民謡	第1・3木曜日	1時30分～2時30分
7	詩吟	第1・3金曜日	1時30分～3時30分
8	踊り	第2・4金曜日	10時30分～12時30分
9	俳句	第4木曜日	1時30分～3時30分
10	フラワーアレンジメント	第1水曜日	10時30分～12時30分
11	カラオケ①	第2・4火曜日	1時30分～3時30分
12	カラオケ②	第2・4火曜日	10時30分～12時30分
13	カラオケ③	第1・3火曜日	10時30分～12時30分
14	舞踊	第1・3火曜日	10時30分～11時45分
15	ハングル	第2・4月曜日	10時30分～12時
16	ギター	第1・3木曜日	1時30分～3時30分
17	いちょう会	第4水曜日	1時30分～3時30分
老ク	大正琴	第1・3水曜日	1時30分～3時30分
老ク	コーラス	第2・4金曜日	1時30分～3時30分
老ク	カラオケ	第1・3水曜日	1時30分～3時30分

西成区老人福祉センター

〒557-0033

大阪市西成区梅南 1-4-27

電話 06-6654-2951

FAX 06-6654-1504



老人福祉センターは市内在住の60歳以上の方が利用できます。
利用にあたっては大阪市の老人福祉センター発行の利用証が必要です。
利用証発行には「住所・氏名・年齢」のわかる《健康保険証、免許証など》をご持参ください。講座やイベントに参加される方も利用登録が必要です。サークル入会は開催日に一度見学におこしください。
館内は土足厳禁です。スリッパなどご持参ください。

【利用時間】10:00～17:00

【休館日】日曜・祝日・年末年始

来館、電話ともご本人様の申込みに限らせていただきます。
受付時間は来館・電話ともに10時からです。

募集 <世代間交流事業>

無料 **先着順**

わなげ・スカットボール大会

子どもたちと一緒に「わなげとスカットボール」を楽しく♪そして真剣に！

日 時：3/7（土）14:00～16:00

場 所：老人福祉センター 大広間

定 員：15名程度

申込み：2/6（金）（来館か電話・本人申込み）



受付中 健康セミナー **睡眠の話** **無料** **先着順**

睡眠不足は健康や美容にも悪影響を及ぼします。最適な睡眠時間とは？質の高い睡眠について学びます。

日 時：2/20（金）13:30～15:00

場 所：老人福祉センター 大広間

定 員：25名程度（来館か電話・本人申込み）



募集 **知れば楽しい漢字の話**

無料 **先着順**

～漢字 de 脳トレ～

楽しく学びながら漢字の魅力を再発見！
クイズや漢字パズルで脳が活性化しますよ

日 時：3/19（木）13:30～15:00

場 所：老人福祉センター 大広間

定 員：35名程度（来館か電話・本人申込み）

申込み：2/19（木）10:00～



募集 **認知症予防教室（回想法）** **無料** **先着順**

昔の事を思い出す「回想法」で脳をリフレッシュさせましょう。楽しい話を聞いて認知症を予防しましょう。

日 時：3/12（木）13:30～15:00

場 所：老人福祉センター 大広間

定 員：35名程度（来館か電話・本人申込み）

申込み：2/10（火）10:00～

募集 **転倒予防教室**

無料 **先着順**

転倒からの骨折を防ぐための体操です。

楽しく体を動かしましょう。

イスに座ってできる体操です。

日 時：3/17（火）13:30～15:00

場 所：老人福祉センター 多目的室奥

定 員：25名程度（来館か電話・本人申込み）

申込み：2/12（木）10:00～



募集 **シニア向けスマホ体験講座** **無料** **抽選**

～スマホでセキュリティと健康管理を体験～

<iPhoneを一人一台貸出します>

日 時：3/26（木）13:30～15:00

場 所：老人福祉センター

対 象：市内在住60歳以上、スマホ初心者の方

定 員：20名（応募多数の場合抽選）

申込み方法：**来館の場合** 85円ハガキ持参

往復はがきの場合 <氏名、住所、年齢、電話番号>を
記入の上郵送



2/24（火）～3/16（月）**締切日までに必着！**

募集 **eスポーツ ボウリング大会** **無料** **抽選**

eスポーツ（TVゲーム）でするボウリング大会です。試合形式で得点を競います。

日 時：3/24（火）13:30～15:30

場 所：老人福祉センター 多目的室奥

定 員：20名（応募多数の場合抽選）

申込み：2/24（火）～3/18（水）

（来館か電話・本人申込み）抽選日3/19



募集 **らくてん寄席**

無料 **先着順**

恒例のらくてん会さんによる落語会です。

お昼のひと時楽しく過ごしましょう

日 時：3/21（土）13:30～15:30

場 所：老人福祉センター 大広間

定 員：40名程度（来館か電話・本人申込み）

申込み：2/20（金）10:00～



大阪市社会福祉 研修・情報センター

↓HPはこちら↓



【開館時間】

平日 9:00～21:00 土・日 9:00～17:00

図書・資料閲覧室は 9:30～17:00 (月～木, 土曜日)
9:30～19:00 (金曜日)

毎週金曜日の開館時間を 19:00 まで延長!

【休館日】

国民の祝日 (土・日曜日と重なる場合は除く)
年末年始 (12月29日～翌1月3日)

【所在地】

〒557-0024 大阪市西成区出城2丁目5番20号
06-4392-8200 (代表) 06-4392-8206 (FAX)

♪図書・資料閲覧室の本紹介♪



『オーバードーズする子どもたち なぜ、「助けて」が言えないのか?』

●松本 俊彦/著 ●合同出版

かつてない勢いで増え続ける 10 代の薬物依存。市販薬の過剰摂取から子どもたちを救うために。



令和7年度 社会福祉史の市民講座

阪神・淡路大震災から30年

～災害ボランティアの歩みと、

災害に強い地域福祉のあり方を考える～

**受講料
無料**

「ボランティア元年」とも呼ばれた 1995 年以降の災害ボランティアの歩みを振り返りながら災害時に発揮されてきた市民の力や支え合いのあり方を学びます。

「もしもの時に地域で何ができるのか」「私たち一人ひとりにできることとは何か」をともに考え、災害に強い地域福祉のあり方について理解を深めます。

日時

2026 年 2 月 14 日 (土)
14:00～16:00

会場

大阪市社会福祉研修・情報センター
4 階 会議室

定員

40 人 (先着順)

対象

大阪市内在住・在学・在勤の方

申込締切

2 月 2 日 (月) 午後 5 時

【講師】 社会福祉法人 大阪ボランティア協会
理事長 早瀬 昇 氏



1955年、大阪府生まれ。78年に大阪ボランティア協会に就職。91年より事務局長。阪神・淡路大震災時には日本最初の災害ボランティアセンターを被災地に創設する。09年に退職し、2019年から理事長に就任。著書『「参加の力」が創る共生社会』（ミネルヴァ書房）、『寝ても覚めても市民活動論』（大阪ボランティア協会）ほか多数。

ホームページ



メール



お申込み・お問い合わせ

大阪市社会福祉研修・情報センター 企画研修担当
電話 06-4392-8201 FAX 06-4392-8272
E-mail kensyu@shakyo-osaka.jp

令和7年度 社会福祉史の市民講座

大阪のろう運動の歴史と軌跡 ～社会を動かしてきた歩みをたどる～

受講料
無料

手話通訳あり

令和7年（2025年）は日本で初めて夏季デフリンピック競技大会が開催され、あわせて1924年の第1回パリ大会から100周年という節目を迎えました。

大阪では、早くからろう者自身が声をあげ、社会参加を制度として支える取組みが全国に先駆けて進められてきました。社会的排除と向き合いながら積み重ねられてきた運動の歩みは、日本のろう運動全体をリードしてきた歴史でもあります。

現在の公益社団法人 大阪聴力障害者協会（大聴協）は、大阪に住む聴力障害者のための最大の団体であり、全国的にも運動をけん引してきました。

本講座は、大聴協の歩みを中心に、大阪のろう運動がどのように社会を動かしてきたかを振り返り、社会参加を切り拓いてきた運動の軌跡とその意義を改めて考えます。

日時

2026年2月28日（土）
14:00～16:00

会場

大阪市社会福祉研修・情報センター
4階 会議室

定員

40人（先着順）

対象

大阪市内在住・在学・在勤の方

申込
締切

2月18日（水）午後5時

【講師】



公益社団法人大阪聴力障害者協会
会長 長宗 政男 氏

【お申込み・お問い合わせ】

大阪市社会福祉研修・情報センター 企画研修担当

電話 06-4392-8201

FAX 06-4392-8272

E-mail kensyu@shakyo-osaka.jp

ホームページ



メール



大阪市立西成スポーツセンター 屋内プール・トレーニング場

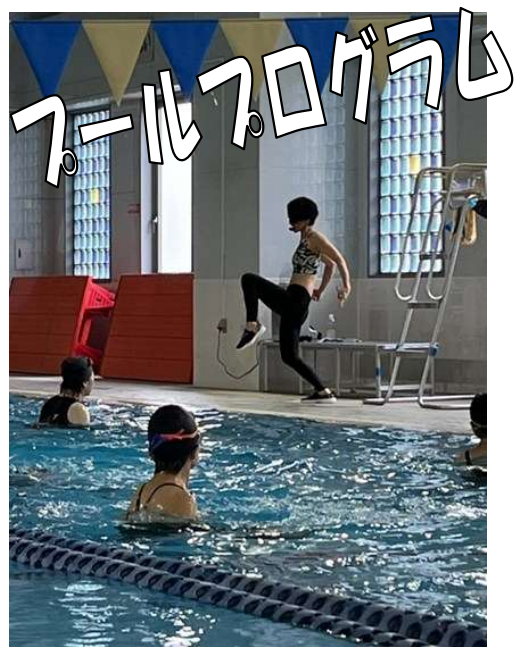
ホームページは

こちら



料金一覧

利用場所	種別	1回券	回数券 (11枚)	定期券 (1カ月)
屋内プール	大人	700円	7,000円	4,900円
	高齢者(65歳以上)	350円	3,500円	2,450円
	子供(16歳未満)	350円	3,500円	2,450円
トレーニング場	大人	600円	6,000円	6,000円
	高齢者(65歳以上)	300円	3,000円	3,000円
	高校生または18歳未満	400円	4,000円	4,000円
屋内プール トレーニング場 セット	大人	1,000円	10,000円	8,500円
	高齢者(65歳以上)	500円	5,000円	4,250円
	高校生または18歳未満	850円	8,500円	7,000円



♪ アクアビクス ♪

全身を使った有酸素運動で
脂肪燃焼!!

&

水中での抵抗運動で
体力・筋力UP!!

毎週木曜日 11:15~12:00

定員：20名（先着順）

場所：3Fプール

料金：1回440円 ※別途施設利用料必要



大阪市立西成スポーツセンター・屋内プール

<住所> 西成区玉出東1-6-1

<電話> 06-4398-1603

<営業時間> 9:00~21:00 最終受付：20:00まで

※ご利用は20:30まで

<休館日> 月曜日

※月曜日が祝日の場合は翌日が休館日

阿倍野市民学習センター

阿倍野区阿倍野筋 3-10-1-300 あべのベルタ3階 ☎6634-7951 FAX6634-7954



第31・32回 あべのベルタ寄席

令和8年から毎月あべのベルタ寄席を開催します。
1月の出演者は桂小留(ちろる)さん、笑福亭呂翔さん、旭堂一海さん、
2月の出演者は旭堂南麟さん、笑福亭學光さん、桂健枝郎さんです。みなさまのご来場をお待ちしております。

日 時：＜第31回＞1月28日(水)
＜第32回＞2月25日(水)
14:00～15:30(13:30開場予定)
費 用：1,200円 小・中学生800円
対 象：どなたでも
定 員：80人(当日先着順)
申 込：不要

シリーズ昭和

田辺聖子がいた時代

～十八歳の日記と「ハイミス」小説～

昭和・平成を代表する上品でユーモアにあふれた大阪弁を綴った文学作家、田辺聖子。彼女の青春期が垣間見える日記文学『田辺聖子十八歳の日の記録』と、戦後の女性がどう生きてきたかを描いた「ハイミス」小説について紹介する。

日 時：2月6日、20日 すべて金曜日
13:30～15:30 全2回
受講料：3,000円(全2回分)
対 象：どなたでも
定 員：60人(先着順)
申 込：インターネット、電話、来館

親子で楽しむ「生演奏とおはなしの世界」

おはなしのお姉さん『こまめちゃん』がお届けするおはなしコンサート。目の前で見る楽器や、かわいいペープサート、元気なお歌、楽しい手遊びもたくさん！
お父さんやお母さんと一緒に楽しもう！

日 時：令和8年3月20日(金・祝)
10:30～11:30
費 用：無料
対 象：子どもと保護者(0歳～小学校低学年)
定 員：80人(先着順)
申 込：インターネット、電話、来館
※2月1日(日)より申込開始です。

本や紙芝居を通じてコミュニケーションしてみよう！

～図書ボランティア入門講座～

大阪市各区の介護老人保健施設、特別養護老人ホームなどで活動するグループに参加して、市立図書館が貸出する図書の管理や新聞の朗読、紙芝居の実演等を行うボランティアを募集します。

日 時：令和8年1月30日、2月13日、20日
すべて金曜日 10:00～12:00 全3回
費 用：無料
対 象：全日程に参加でき、受講後に市内でボランティア活動ができる人
定 員：50人(先着順)
申 込：インターネット、電話、来館

南ブロック1 日体験教室

西成区「牛乳パックでつくるぴょんぴょんカエル」

「ぴょんぴょんばたもちのぴょんぴょんカエル」をはさみを使ってつくります。(絵本の読み聞かせの小道具)

日 時：令和8年1月31日(土) ①10:00～ ②11:00～ ③12:00～
費 用：無料 対 象：どなたでも
定 員：各10名(先着順) 申 込：電話、来館
所要時間：約40分

★電 話★	講座名・住所・名前・電話番号をお伝えください。
★インターネット★	いちようネットで検索⇒講座・イベント⇒キーワード欄に講座名を入力。
★往復はがき★	講座名・住所・名前・電話番号を記入し、お送りください。
★来 館★	窓口にて申込み。(多数抽選の場合は結果通知用のはがきをお持ちください)

西成区民センター主催 講習会ご案内

お問い合わせ、お申込みは tel 06-6651-1131まで

〈開館時間 年末年始をのぞく 毎日 9:30から21:30まで〉

(西成区岸里1-1-50/Osaka Metro四つ橋線『岸里』駅下車 2番出口すぐ 区役所の東隣)

区内・区外をとわず参加できます。楽しく学びながら、仲間づくりを始めてみませんか。



楽な姿勢でできる 太極拳



講師 大久保洋香先生(大阪太極拳協会 理事)

太極拳は、ゆっくりとした動きと、深い呼吸を組み合わせた運動です。
太極拳の動作は、身体のバランスを整え、リラックス効果を高めるため、
ストレスの軽減にも効果があります。また呼吸が楽になり、
声の出しやすさや表現力にも良い影響を与える可能性があります。
心身ともに健康になる身近な運動、太極拳を体験してみませんか。

足腰の弱い方にも配慮し、
姿勢や呼吸法に重点をおいた
やさしい講習です

参加費 * 1回600円/無料体験あり(1回のみ)

日 程 * 2月13・27日、3月 6・13・27日

※金曜日開講

時 間 * 10時~11時30分 場 所 * 西成区民センターホール 対 象 * どなたでも 定 員 * 30人

持ち物 * タオル、飲み物、動きやすい服装

申込み * 窓口または電話(06-6651-1131)

呼吸に合わせて体を動かし、自律神経を整えましょう

2025年度第4期

ハッピー・ヨーガ



日 程 2月12・19・26日、3月5・12・19・26日 ※全10回 月3~4回の木曜日に開講

時 間 朝の部 10:00~11:30 (櫻井 恵) 昼の部 14:00~15:30 (高井 理恵)

夜の部 18:30~20:00 (長畑 ひろみ) ※プレマ サット サンガ 所属講師

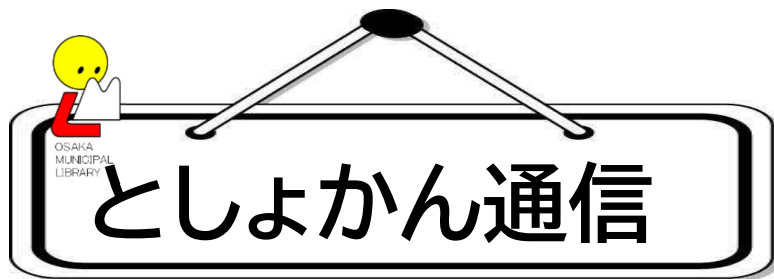
場 所 大阪市立西成区民センター ホール ※都合により開催場所が変更になる場合があります

対 象 どなたでも 定 員 各コース30名 ※動きやすい服装で、ヨガマット等ご持参ください

申 込 大阪市立西成区民センター窓口、またはお電話で

受講料 10,000円/10回 ※体験受講は1,200円(1回限り)

※一旦お支払いいただいた参加費は返金できませんのでご了承ください



定例の催し

●おたのしみ会 (毎週土曜日)

かみしばいや絵本のよみきかせなどを行います。

日時 2月7日・14日・21日・28日 15:00～15:30

場所 西成図書館 絵本コーナー

申込み 前日12時までに、窓口または電話受付



●乳幼児向け おはなし広場“すくすく”(毎月第4木曜日)

0～3歳児むけの絵本をいっしょに楽しむ集まりです。

日時 2月26日 11:00～11:30

場所 西成図書館 絵本コーナー 当日先着5組



●読書会 (毎月第4金曜日)

日時 2月27日 10:00～11:00 場所 区民センター会議室 2-1

2月のテキスト

『かがみの孤城』 辻村深月 著 ※本は図書館でご用意します。



移動図書館まちかど号

巡回日・場所

- ・2月10日(火) 10:00～10:50
北津守小学校 体育館前(北津守3-3-40)
- ・2月12日(木) 13:00～14:00
南津守小学校 通用門(南津守6-1-14)

問合せ 中央図書館 自動車文庫 電話: 6539-3305



2026

2月



大阪市西成区 子ども・子育てプラザ

Osaka Kodomo Kosodate Plaza



※掲載されていない催しもありますのでホームページもご覧ください。
 <プラザホームページ> <https://osaka-kosodate-plaza.jp/nishinari/>

2/1(日)
2/2(月) おやすみ
2/3(火)
2/4(水)
2/5(木)
2/6(金) ハーブと野菜『ムーチー作り』 プラザガーデン
2/7(土)
2/8(日)
2/9(月) おやすみ
2/10(火)
2/11(水) おやすみ
2/12(木)
2/13(金)
2/14(土) えほんタイム①
2/15(日) けん玉教室
2/16(月) おやすみ
2/17(火)
2/18(水) チャレンジスポーツ
2/19(木)
2/20(金) ぴよちゃんネット
2/21(土) ブックススタート おもちゃ病院②
2/22(日)
2/23(月) おやすみ
2/24(火)
2/25(水) コンシェルジュ相談会
2/26(木)
2/27(金)
2/28(土) おたんじょうび会 玉出東保育園ブックススタート

①14(土) 午前11時30分
～12時

えほんタイム

大型絵本・
紙芝居・手遊び・
歌遊びなどの
楽しみタイム!

●乳幼児と保護者



～3月のイベント～

8(日)



児童のみんなでえいごを楽しもう!

えいごであそぼう!(児童)

午後1時30分～2時30分

●対象:児童

●定員:10名(先着順)

●2月15日(日)申込受付開始

29(日)

ファミリーデー

午前9時30分～12時



みんなであそぼう!

●対象:乳幼児・児童のご家族

●定員:30名(先着順)

●3月8日(日)から申込受付開始



ファミリー・サポート・センターにしなり



「ファミリー・サポート・センター」は
お子さんの送迎や預かりを通して
子育てをお手伝いする大阪市の事業です

依頼できる内容
●リフレッシュ
●保育所(園)・幼稚園のお迎え
●習いごとの送迎
などなど



提供会員さんの方々はしっかり講座を
受けた方で子育て中の方々、
子どもが大好きな方たちばかりです

通常(7:00～20:00) ……1時間あたり800円
早朝・夜間(通常以外) ……1時間あたり900円
土・日・祝日・年末年始 ……1時間あたり900円
子どもが体調不良の場合 ……1時間あたり900円
詳しくはお気軽にお問い合わせください!!

依頼・提供会員募集中!!
詳しくはお気軽にお問い合わせください!

西成区梅南1-2-6 西成区子ども子育てプラザ内 ☎06-6658-4529



【西成区子ども・子育てプラザ】は

子育て世帯・児童向けに遊び場の提供や講座・イベント等催しの実施
ファミリー・サポート・センター事業、子育てに関する情報提供など、
子育て活動を支援する取り組みを行っています。



Instagram

【西成区子ども・子育てプラザ】

西成区梅南1-2-6 電話・FAX06-6658-4528

★OsakaMetro花園町から南へ約100m

★休業日:月曜日、祝日、年末年始

【相談受付時間】9:00～17:30(電話・来館とも)

【プラザで遊べる時間】

◎乳幼児と保護者(つどいの広場)

9:30～12:00/13:00～15:30

◎児童(小学生～18歳まで)

平日15:00～17:00

土・日 9:45～12:00/13:15～16:30



※特に記載のない限り、参加費無料です



第28回 西成区 生涯学習フェスティバル



西成区の生涯学習ルームと施設による、
生涯学習の発表と出会いのイベント♪

★ステージ発表★

手話、コーラス、読み聞かせ、健康体操、詩吟
ヨガ、民謡、太極拳、エイサー、民謡、和太鼓

★作品展示★

絵画、編み物、一筆画、書道、陶芸
フラワーアレンジメント、生け花、健康体操
パソコン教室、レーザークラフト、絵手紙
識字・日本語交流教室、活動紹介

★展示即売★

レーザークラフト作品、陶芸作品
毛糸あみアクセサリー

★体験コーナー★

無料体力測定、バルーンアート体験

★喫茶コーナー★

とき 令和8年3月1日(日)
10:00～15:00

10:10～オープニングセレモニー

とこ 大阪市立西成区民センター



←ステージ発表のプログラムなどの
詳しい内容は、こちらのQRコード
から、「生涯学習フェスティバル」の
ホームページをご覧ください。

このページの問合先

大阪市西成区役所 市民協働課

〒557-8501 大阪市西成区岸里1-5-20

TEL : 06-6659-9734

FAX : 06-6659-2246



西成区社会福祉協議会より、イベントのお知らせです★

第5回 防災企画展

～ふだんの暮らしの中で、災害に備えよう～

日時 令和8年2月21日（土）午後1時から4時

会場 西成区民センター ホール

入場 無料（入退場自由）

内容 防災食の試食体験・煙幕体験等体験ブース
絵本の読み聞かせ・防災に関係するワークショップ（防災スリッパ作り他）
防災グッズ・パネルやジオラマ展示

主催 防災企画展実行委員会

来場者に
防災物品進呈！



防災企画展講演会

～石川・能登から考える西成区での助けあい活動について～

日時 令和8年2月21日（土）午前11時から午後12時30分

会場 西成区役所4階4-5・7会議室

定員 おおむね80名 入場無料

講師 リガーレ代表 槌谷 雅也氏（元輪島市社会福祉協議会）
七尾市社会福祉協議会 谷口 卓也氏
オフィス園崎 園崎 秀治氏

主催 防災企画展実行委員会

問合せ 西成区社会福祉協議会 電話06-6656-0080