



子ども・子育てプラザや西淀川図書館、 に~よんステーションなどで行われている こどもを対象としたイベント情報は、こちらからご覧 いただけます。ぜひ一度、のぞいてみてください。

第25回 西淀川区いきいき講演会 無料

□ 時 2月17日(土)14:00~

場 所 西淀川区民会館(エルモ西淀川)1階 大ホール 第1部

🏿 [100歳まで自分の足で歩く!見直そう歩き方]

師 岡本 香代子 先生 (京都大学非常勤講師・医学博士)

第2部

(講演) 「認知症になっても、うまく付き合っていくため」

(講師)陽だまり西淀川オレンジチームのみなさん

定 員 200名(先着順)

問 西淀川区医師会 🔟 06-6471-0543

健康体操をしよう! &ミニ講演会

〔無料 【予約不要】

申込不要

健康づくりのきっかけに!

時 2月22日(木)10:00~11:00

場 所 区役所5階 会議室

内 容 に~よん健康体操と ミニ講演会「循環器のドクターが教える 心筋梗塞にならないための10カ条!!」

(株) Doctor's Fitness 宮脇 大 先生

対象 どなたでも 持ち物 すこやか手帳

その他 軽い運動ができる服装でお越しください。

間保健福祉課健康推進グループ 2階25番 **111** 06-6478-9882

朗読会

無料 予約不要

―耳から広がる本の世界-

音響・照明を交えた朗読による一味違った文学鑑 賞会です。「朗読ユニットRiy」の3人と一緒に、午後 の特別なひと時をお楽しみください。

時 2月24日(土) 14:00~15:30

場 所 西淀川図書館 多目的室

対 象 中学生以上

定 員 25名(当日先着順) 朗読ユニットRiv(リー)のみなさん

問 西淀川図書館(愛称:西淀川こうのとり ♪ 図書館) **11** 06-6474-7900 区役所 地下1階

生涯骨太クッキング

日本人に不足しがちなカルシウ ムたっぷりのメニューで調理実習 をします。おいしくバランスのよい 献立で生涯骨太を目指しましょう!



要申込

時 2月22日(木)10:30~13:00

所 区役所3階 栄養講習室

😰 栄養士のお話、調理実習・試食

象 区内在住の方

🗾 16名(申込多数の場合抽選 初参加者優先)

費 用 1人500円

(当日徴収、材料費・保険料を含む)

申込方法 2月7日(水)より、インターネット、 電話または区役所2階25番窓口で受付

締 切 2月14日(水)

持ち物エプロン、三角巾、マスク、 タオル、飲み物

供 催 西淀川区食生活改善推進員 協議会「さざんか」



問 保健福祉課 健康推進グループ 2階25番 **111** 06-6478-9882

製造業向け

社員の能力を引き出す 「仕事の教え方」セミナーin西淀川

大阪産業創造館のセミナーを西淀川区で開催し ます!人材育成に悩んでいる企業の方々、ぜひご参 加ください!セミナー後には参加者と講師による交 流会も予定しています。

□ 時 2月27日(火)15:30~18:30 〈企業セミナー〉15:30~17:30 〈企業間交流会〉17:30~18:30

場 所 西淀川中小企業会館(御幣島2-1-17)

对 象 中小製造業経営者·経営幹部·工場長·現場 責任者など

定 員 40名(先着順)

申込方法 大阪産業創造館予約サイトより お申込ください。

参加料〈企業セミナー〉無料 〈企業間交流会〉500円/名(税込)

🌃 大阪産業創造館・西淀川ものづくりまつり 実行委員会·西淀川区役所·一般社団法人 西淀川工業協会

問地域支援課地域支援グループ 4階43番 **111** 06-6478-9893

※セミナー内容に関することは下記まで

大阪産業創造館イベント・セミナー事務局

就職活動支援セミナー

□ 時 ①2月21日(水)14:00~15:30 ②2月28日(水)14:00~15:30

場 所 ①②区役所3階 301会議室

内 容 ①面接対策セミナー ②応募書類作成セミナー

定 員 ①216名

申込方法 ①②ハローワークin西淀川へ来所または お電話にて申込(先着順)

※中止の場合はハローワーク梅田から電話連絡

問 ハローワークin西淀川 **11** 06-7668-0150

区役所 1階

1人では

続けられなくても、

仲間がいるから

楽しく続く!

いきいき百歳体操体験会に 参加してみませんか?

無料 [予約不要]

要申込

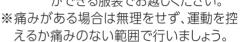
西淀川区では、多くの地域で百 歳体操のグループが活動中です。 健康運動指導士から体操の指導や ポイントについてお伝えします! 体験会でいきいき百歳体操を一緒 にやってみましょう。



所 区役所5階 大会議室

🌎 西淀川区民で百歳体操に興味のある方

その他 水分を持参してください。軽い運動 ができる服装でお越しください。



▲詳しくは こちらから

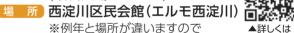
問保健福祉課健康推進グループ(地域保健活動) 2階25番 1106-6478-9968

第23回 みんな集まれ! 無料 申込不要 ファミリーひろば&ちびっこのつどい

~子どもはみんなの宝物~

乳幼児ファミリーを対象にした遊びや体験のイ ベントです。手づくりおもちゃ、絵本の読み聞かせ などあそびブースがいっぱいあるよ!

□ 時 3月2日(土)10:00(受付)~12:30 □ 320 □ (最終入場は11:30)



※例年と場所が違いますので ご注意ください。

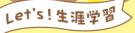


問 ファミリーひろば事務局 🛮 🔟 06-6195-1303

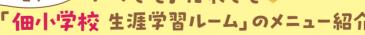
主催:NPO法人にしよどにこネット 大阪市コミュニティ協会 西淀川区支部協議会 共催:西淀川区役所 尼崎信用金庫 西淀支店·塚本支店

後援:(一財)尼信地域復興財団 淀商業高等学校

協力:西淀川区社会福祉協議会 西淀川区生涯学習推進区民会議



いつでも♪だれでもw



面绝无理:

▲申込みは

こちらから

初心者から上級者まで個々に合わせて学んでいます。 書道教室 筆の種類や洗い方、書体に合わせた筆選びのお話や、練 習時の墨汁と掛け軸や額に仕立てる時に適した墨汁についてなどなどなど・・・、

色々なことを学べる講座です。墨の香りで精神統一して集中する時間が毎回楽

しみです。毎月第2月曜日13:00~15:00佃小学校の会議室で開講しています。 ほかにも 手話 水彩画 手芸 クラフトバンド などの講座があります。







