

施設からのお知らせ

住之江会館
住之江スポーツセンター
フィットネス21住之江屋内プール
老人福祉センター
大阪急性期・総合医療センター
住之江図書館

老人福祉センター

※対象は市内在住の60歳以上の方です

講習会『レジンキーホルダー作り』

レジンとは紫外線硬化樹脂をUVライトで固めて作ります。たくさんパーツを組み合わせて、世界にひとつだけのキーホルダーを作ってみませんか。

日時 9月27日(水) 13:30~14:30
場所 区老人福祉センター 大広間 **定員** 15名
参加費 600円(材料費)
受付 9月6日(水)11:00より申込者本人が直接窓口にて申込み

講習会『介護予防について』 **無料**

介護が必要となることをできるだけ遅らせるには、日常生活においてどのようなことに気をつけたらよいかなどを保健師の方からお話をうかがえます。

日時 10月4日(水) 13:30~15:00
場所 区老人福祉センター 大広間 **定員** 26名
受付 9月8日(金)11:00より申込者本人が直接窓口にて申込み

講習会『ウォーキング講習会』 **無料**

秋は、ウォーキングに最適な季節です。正しいウォーキングの知識を身につけて、より楽しく歩いてみませんか。

日時 10月17日(火) 13:30~15:00
場所 区老人福祉センター 大広間 **定員** 26名
受付 9月20日(水)11:00より申込者本人が直接窓口にて申込み

★受付日時時点において定員を超えた場合はその場で抽選します

※申込みには「利用証」が必要となりますので、ご持参ください。「利用証」をお持ちでない方は、申込時にお作りしますので、公的書類をお持ちください。

申込み・問合せ 区老人福祉センター ☎6683-2888
南加賀屋3-1-20 1階

大阪急性期・総合医療センター **無料**

申込不要

◆すこやかセミナー「肝がんの診断と治療」
肝がんの診断と治療について消化器内科医がお話しします。

日時 9月14日(木) 14:00~15:00

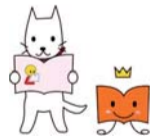
◆すこやかセミナー「腰痛のリハビリテーション ~予防と改善の基本~」
腰痛の予防と改善の基本について理学療法士がお話しします。

日時 9月22日(金) 11:00~12:00

★場所は全て大阪急性期・総合医療センター 本館3階講堂で開催

問合せ 大阪急性期・総合医療センター ☎6692-1201(代表)
住吉区万代東3-1-56

住之江図書館



★えほんのじかん **申込不要**

えほんのよみきかせや紙芝居など。

日時 毎週金曜日11:00~11:30

場所 図書館じゅうたんコーナー

★赤ちゃんの部屋 **申込不要**

えほんのよみきかせや手あそびなど、3歳児までの乳幼児と保護者向け。 **日時** 9月13日(水) 10:30~11:00 **場所** 住之江会館

★あんころもちの人形げき! **申込不要**

人形げきサークル「あんころもち」の皆さんによる楽しいプログラムを見に来てね!

日時 9月18日(月・祝) 14:30~15:20

場所 住之江会館

★読書会

1冊の本をテーマにおしゃべりしませんか。本は図書館でご用意します。事前に読んでご参加ください。 **日時** 9月20日(水) 10:00~

11:30 **場所** 住之江会館
「わたしがいなかった街で」柴崎友香著

★赤ちゃんえほんタイム **申込不要**

えほんのよみきかせや歌たいそうなど、3歳児までの乳幼児と保護者向け。 **日時** 9月27日(水) 11:00~11:30 **場所** 住之江会館

■図書ボランティア募集

住之江図書館を拠点とするボランティアグループに参加し、高齢者施設での紙芝居実演など図書ボランティア活動をしてくださる方を募集します。原則として以下の講座を全回受講ください。
【全5回】活動日・場所 第1金曜日「豊泉家住之江」(新北島7-4-20)、第4火曜日「健成会しらなみ」(南港中3-3-43) **講座日時** ①9月27日(水) ②10月6日(金) ③10月18日(水) ④10月24日(火) ⑤10月25日(水)。①③⑤は10:00~12:00、②④⑤は13:30~15:30 **場所** ①③⑤は大阪市立中央図書館、②「豊泉家住之江」、④「健成会しらなみ」
定員 10名程度 **申込み** ☎6683-2788 **申込締切** 9月15日(金) **一時保育** ①③⑤は、先着6名まで一時保育有。9月15日(金)までに申込要(対象年齢 1歳6か月~就学前)

問合せ 住之江図書館 ☎6683-2788
☎6683-8840 南加賀屋3-1-20 3階

住之江図書館 **検索**

住之江会館

日=日時 講=講師 対=対象

申込方法:来館または電話でお申込みください。申込締切:定員になり次第終了いたします。

講座名	日時・講師・対象など	定員	費用
手打ちうどん教室	日10月8日(日)10:30~12:00 講グルメ杵屋の社員 対小学生以上どなたでも ※打ったうどんはお持ち帰り	15名	1,000円 (お土産付き)
スペイン語(土曜・平日)	日土曜(入門・初級)10月7日~11月25日(11月4日除く 全7回)初級13:00~14:15 入門14:30~15:45 木曜(中級)10月5日~11月30日 19:00~20:15(全9回) 講森岡 健先生 対入門=どなたでも 平日・初級=経験者	各15名	土曜=7,000円 平日=9,000円 ※別途テキスト代
フラダンス教室(午前・午後コース)	日10月4日~12月20日(毎週水曜 全12回) 午前コース10:00~11:30 午後コース12:45~14:00 講川端 朗子先生 対午前=経験者 午後=どなたでも	各20名	各9,600円
絵画教室	日10月5日~12月21日(11月23日除く毎週木曜 全11回) 13:30~15:30 講伊藤 美智子先生 対どなたでも	20名	7,700円
ヨガ教室	日火・木・土・日曜(午前・午後)各コースあり。詳細は事務所までお問い合わせください。日曜以外は10:00~11:30 講岡 泰佳幸先生他 対どなたでも	各20名	1回あたり700円、3か月分まとめてのお支払 ※別途テキスト代(430円)
パソコン教室(エクセル)	日10月7日~12月16日(11月4日除く毎週土曜 全10回)10:00~12:00 講西澤 典子先生 対ノートパソコン(マイクロソフトエクセル2010以降のソフト挿入)をお持ちの方	15名	8,000円 ※別途テキスト代
中国語教室(初・中級)	日10月16日~12月25日(毎週月曜 全11回) 中級18:15~19:30 初級19:45~21:00 講于 大康先生 対初級・中級=経験者	各15名	各8,800円 ※別途テキスト代

申込み・問合せ 住之江会館(住之江図書館の下です) ☎6683-2882 ☎6683-3606
南加賀屋3-1-20 2階

住之江会館 **検索**

住之江スポーツセンター

	日時	対象	受講料	申込み	内容
小学生の運動機能向上教室	10月21日、11月4・18日、12月2・16日、1月6・20日、2月3・17日、3月3日 計10回 土曜 13:30~14:30	小学校1~3年生 15名	5,650円/10回	9月1日(金)からスポーツセンター窓口にて開始	さまざまなスポーツとふれあひいろいろなカラダの動かし方を体験し、運動の機能向上をめざしていきます(基礎運動、マット運動、ボール運動、リズム体操など)

【10月からはじまる 第3期スポーツ教室申込みスタート】

内容 バドミントン(火曜9:45~11:45)、ストレッチ&リズムダンス(水曜10:30~12:00)、卓球(水曜A9:45~11:45、B12:45~14:45、C15:00~17:00)、かろやか健康体操(水曜13:15~14:45)

申込み 9月1日(金)からスポーツセンター窓口にて開始 **受講料** 5,650円/10回

※親子体操教室も開催中です。9~11月の金曜に開催しております。

※バドミントン教室は見学のみ ※1人1回無料体験可能

【卓球・バドミントン開放デー開催しております】 ※詳細はお問い合わせください

申込み・問合せ 住之江スポーツセンター
☎6686-4172

住之江スポーツセンター **検索**

フィットネス21住之江屋内プール

	日時	対象	内容・ほか
敬老の日イベント	9月18日(月・祝)9:00~20:30(最終受付20:00まで)	高齢者区分(65歳以上)	プール利用料金無料でご利用いただけます。 ※当日開催の水中心ウォーキング教室(14:00~15:00)は高齢者区分の方に限り無料でご参加いただけます
水泳ワンポイントレッスン案内	火曜12:30~、18:30~ 水・木・金曜18:30~ 土曜13:00~ 日曜15:00~ 各1時間	中学生以上	習得したい泳ぎの練習を行います。 対象 初心者~上級者 受講料 施設利用料+510円
ベビー水泳教室【無料体験、入会募集中】	水曜9:30~ 土曜16:00~ 各1時間 ※上記時間に無料体験していただけます	6か月~3歳未満のお子さまと保護者	受講料 5,140円(月4回)

★どなたでもプール利用できます★

(施設利用料:高齢者65歳以上350円・大人16~64歳700円・子ども6~15歳350円・障がい者/5歳まで無料)

申込み・問合せ フィットネス21住之江屋内プール
☎6686-4163

フィットネス21住之江屋内プール **検索**

移動図書館まちかど号巡回日

場所	日時
住之江総合会館さざんか会館(北加賀屋5-3)	9月5日(火) 13:30~14:00
南港前団地(南港東1-6)	10月3日(火) 14:30~15:00
シーサイドレジデンスコスモスクエア駅前客用駐車場前(南港北1-25)	9月12日(火) 13:00~14:00
シティハイツ住之江2号棟(西住之江1-3)	10:40~11:20
粉浜小学校南門(粉浜2-6)	9月20日(水) 13:00~14:00
市営住之江住宅3号棟(住之江3-14)	14:30~15:00
加賀屋福祉センター横(東加賀屋2-14)	9月22日(金) 10:10~10:50
南港公園北東入口(南港中3-1)	13:45~15:15

問合せ 中央図書館自動車文庫 ☎6539-3305