

## 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

#### 『絵手紙講習会』

お正月にむけての年賀状とハガキサイズのミニ屏風に絵をえがきます。

**日時** 11月21日(火) 13:30~15:00 **定員** 20名  
**場所** 区老人福祉センター 大広間 **参加費** 300円  
**受付** 11月7日(火)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

#### 『体力測定会・いきいき百歳体操』

無料

一高齢者の生きがいと健康づくり推進事業

要申込み

この機会にご自分の体力を確認してみませんか?

**日時** 11月24日(金) ①13:00~14:00 ②14:30~15:30  
**場所** 区老人福祉センター 大広間 **定員** なし  
**受付** 11月9日(木)11:00より11月21日(火)16:00の間、申込者本人が直接窓口にて申込み ※①または②のいずれかの時間帯でお申込みください

#### 『お誕生会とハンドベルとトーンチャイムの演奏』

無料

10・11・12月生まれの方のお誕生会を行います。第2部は演奏者の方々の美しいハーモニーをお楽しみください。

**日時** 11月29日(水) 13:30~  
**場所** 区老人福祉センター 大広間 **定員** なし  
※10・11・12月生まれの方で「お誕生会」に参加希望の方は、老人福祉センターまでご連絡ください。※第2部は申込不要です。  
※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

#### ◆第10回 リウマチ教室

関節リウマチをテーマに、リウマチ性疾患との違いや日常の留意点についてお話しします。

**日時** 11月21日(火) 14:00~16:00

#### ◆第4回 糖尿病フェスタ「糖尿病!ファースト!!」

相愛大学とのコラボレーションによる、糖尿病について楽しく学べる「糖尿病フェスタ」を開催します。スタンプラリー参加者には記念品をご用意しておりますので、ぜひご参加ください。

**日時** 11月25日(土) 13:30~16:00(受付13:00)

★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** 11月8日(水) 10:30~11:00 **場所** 住之江会館和室

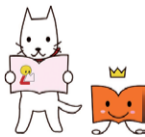
#### ★第20回大阪市図書館フェスティバル〜 ♪だれでもウキウキ♪

キッズシアターかみふうせん (先着50名)

人形劇や大型絵本の読み聞かせなど、世代を超えて楽しめるミュージックシアターです!

**日時** 11月11日(土) 11:00~12:00

**場所** 区老人福祉センター大広間  
(住之江図書館と同じ建物の1階です)



#### ★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** 11月15日(水) 10:00~11:30 **場所** 住之江会館会議室  
「猫鳴り」沼田まほかる著

#### ★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** 11月22日(水) 11:00~11:30 **場所** 住之江会館和室

#### ★どんぐり工作教室 (先着20名)

木の美や枝を使ってすてきな作品を作ろう!

**日時** 12月3日(日) 14:00~15:00

**受付** 11月5日(日) 10:00~来館か電話で受付

**場所** 住之江会館大会議室

**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

### 住之江会館

日=日時 調=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
キッズ英会話教室	日12月3日~2月25日(12月31日、1月7日、2月11日除く毎週日曜 全10回)10:00~11:00 調アルカラフ・ムスタファ先生 対小学生	10名	10,000円
クリスマス・コンサート	日12月23日(土・祝)13:30~14:45 調相愛大学音楽学部 対どなたでも	60名	500円
スペイン語教室	日(入門・初級)12月2日~1月27日(12月30日除く毎週土曜 全8回) 初級13:00~14:15 入門14:30~15:45 (中級)12月7日~1月25日(12月28日、1月4日除く毎週木曜 全6回) 19:00~20:15 調森岡 健先生 対入門=どなたでも 初級・中級=経験者	入門・初級は各12名 中級は15名	入門・初級=8,000円 平日 =6,000円 ※別途テキスト代
健康講座 (お灸とアロマ)	日12月16日(土)13:30~15:00 調宮武 志波先生(鍼灸師) 対どなたでも	20名	500円
日本語ボランティア講座 (ミニ国際交流をしてみよう)	日11月23日(木・祝)13:00~14:30 調森岡 健先生 対高校生以上(経験不要)	40名	無料

**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

### 住之江スポーツセンター

	日時	対象	参加料	内容
キッズ 開放DAY	11月21日(火) 10:00~17:00	小学生・幼児 ※保護者同伴で お願いします	大人200円 小学生100円 幼児無料	ボールプール、ミニトランポリン、フラフープ、輪投げ等で遊ばしましょう お友達とご一緒にぜひご参加ください

【各種スポーツ教室体験について】住之江スポーツセンターでは、親子体操教室、卓球、ストレッチ&リズムダンス、かるやか健康体操の体験を受付しております。

**日時** 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)  
かるやか健康体操(水曜13:15~14:45)  
親子体操教室(金曜A9:15~10:30、B10:40~11:45)

**受講料** 5,650円/10回 ※1人1回無料体験可能。※バドミントン教室は見学のみ可能。  
【すみのえ倶楽部】 1回510円(45分)の運動プログラム(エアロビクス、ヨガ等)を行っています。  
【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

### フィットネス21住之江屋内プール

	日時	対象	内容・ほか
勤労感謝の日 大人区分無料開放	11月23日(木・祝) 9:00~20:30 (最終入館20:00)	大人区分 (16~64歳の方)	プールが無料でご利用いただけます
ジュニア 水泳教室生募集!!	火~日曜 ※時間等、詳しくはお問い合わせください	3歳児~中学生	水慣れ~各レベルに応じて指導いたします <b>受講料</b> 4,280円(税込) 週1回/月4回

【パーソナルスイム(水泳マンツーマンレッスン)】  
12月3日(日)まで開催中!! ※詳細はお問い合わせください  
★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

### 移動図書館まちかど号巡回日

場所	日時
北加賀屋公園北側(さざんか会館横) (北加賀屋5-3)	11月7日(火) 13:30~14:00 12月5日(火) 14:30~15:00
南港前団地(南港東1-6)	11月14日(火) 14:10~15:20
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)	11月15日(水) 10:40~11:20 13:00~14:00 14:30~15:00
シティハイツ住之江2号棟 (西住之江1-3)	11月24日(金) 10:10~10:50 13:45~15:15
粉浜小学校南門(粉浜2-6)	
市営住之江住宅3号棟(住之江3-14)	
加賀屋福祉センター横 (東加賀屋2-14)	
南港公園北東入口(南港中3-1)	

**問合せ** 中央図書館自動車文庫 ☎6539-3305