

## 施設からのお知らせ

### 老人福祉センター

★対象はすべて市内在住の60歳以上の方となります。

#### 講習会『自宅でできる健康体操』

【無料】

日 2月18日(火)・3月17日(火)・31日(火) 13:30~14:30

場 区老人福祉センター 大広間 定25名

申 2月7日(金)11:00より来館にて受付

※受付時点で定員を超えた場合は11:05より抽選

#### 講習会『美顔マッサージ

一疲れを取ってリフレッシュ!』

【無料】

顔のツボを刺激することで目の疲れや緊張しやすい部分をほぐします。顔の血行を良くして、顔に溜まった老廃物を流して、リフレッシュしましょう。

日 2月28日(金)13:30~15:00

場 区老人福祉センター 大広間 定26名

持 スタンドタイプの手鏡、ハンドタオル

申 2月12日(水)11:00より申込者本人が、来館もしくは電話にて受付

#### スマホ活用講座『シニアもスマホを使いこなそう! (1日4時間講座)』

【無料】

犯罪にあわないための情報セキュリティ、健康に関するアプリ、スマホでの決済方法などを学びます。

日 2月29日(土)10:00~12:00(1時間休憩)13:00~15:00

場 区老人福祉センター 多目的室

対 スマホをお持ちの方 定20名

持 スマートフォン(かんたんスマホ含む)

※ご自分のスマホで受講していただきます

申 2月14日(金)11:00より来館にて受付

※受付時点で定員を超えた場合は11:05より抽選

#### 『普通救命講習I』

【無料】

呼吸や心臓が止まった時に大切なAEDを使用した心肺蘇生と異物除去の方法や止血法などのファーストエイド(その他の応急手当)を学んでいただく講習会です。

日 3月3日(火)13:00~16:00(3時間)

場 区老人福祉センター 大広間 定26名

申 2月18日(火)11:00より申込者本人が来館もしくは電話にて受付

※講習会を修了された方には修了証が交付されます。

※来館でのお申込みには『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、申込時におつくりしますので、公的書類をお持ちください。

★詳細は老人福祉センターまでお問合せください

問 区老人福祉センター ☎6683-2888

南加賀屋3-1-20 1階

#### ◆脳神経内科・脳神経外科主催

「脳卒中教室~脳卒中は予防できる~」

今回は「脳内出血・くも膜下出血」をテーマに、医師たちがわかりやすくお話しします。

日 2月25日(火)14:00~16:00

#### ◆すこやかセミナー

「こうして治す脳卒中~脳外科医の立場から~」

脳神経外科の医師が、脳卒中について詳しくお話しします。

日 2月13日(木)14:00~15:00

★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 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

## 住之江会館

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
親子みそ作り教室	日 3月7日(土)10:00~11:30 講 瀧井 義雄先生 対 3歳以上(親子) 他 出来上がったおみそ(1.5kg)お持ち帰り	8組	3,500円 (材料費込)
脳トレ実践・健康セミナー バランスアップで足元から美しい姿勢を	日 3月20日(金・祝)10:00~11:30 講 加瀬 比佐代先生 対 どなたでも	20名	800円
ヨガ(お試し)教室 身体の症状別に効果的なヨガを学ぶ	日 3月22日(日)10:00~11:30 講 岡 泰佳幸先生 対 どなたでも	20名	500円
中国語教室 (お試し)	日 3月21日(土)13:30~14:30 講 于 大康先生 対 どなたでも	15名	500円
英会話教室(入門・初級・中級) 土曜・月曜コースあり	日 3月~5月まで(3か月間) 詳細は会館まで 講 マーク・アンダーソン先生 対 どなたでも	各15人	1回800円 3か月先払い
住之江コミュニティ広場 おしゃべり・打ち合わせ・読書・学習等	日 随時(空室利用) 対 どなたでも(自分の居場所のほしい方)	部屋の 定員	無料

問 住之江会館(住之江図書館の下です) ☎6683-2882

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

#### 【ハンディキャップ開放DAY】

日 2月18日(火) 10:00~17:00 対 障がい児(者)と介助者 ¥無料  
内 ボール、フラフープ、ストラックアウト、輪投げ等で遊みましょう

#### 【すみのえ倶楽部】

日 2月5日・12日(水)15:15~16:00

2月21日(金)15:15~16:00

2月14日・28日(金)15:00~15:45

対 大人(16歳以上) ¥660円/回

内 エアロビクス・自重トレーニング等行います。

詳細はお問い合わせください。



問 住之江スポーツセンター  
☎6686-4172



## フィットネス21住之江屋内プール

### 熱源改修工事の為、臨時休館中(~3月30日)

※工事の進行状況により、延長する可能性がございます。

問 フィットネス21住之江屋内プール

☎6686-4163



## 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「“がん”を切らずに治す放射線治療」

放射線治療科の医師が、放射線治療について詳しくお話しします。

日 2月28日(金)11:00~12:00

#### ◆万代・夢寄席「桂春団治一門会」

桂 春若氏・桂 寅之輔氏による落語を是非お楽しみください。

日 2月6日(木)14:00~15:00

#### ◆相愛大学連携コンサート「サクソスが奏でる思い出の名曲集」

相愛サクソフォンアンサンブルによるハーモニーをお楽しみください。

日 3月3日(火)14:00~15:00



## 住之江図書館

#### ★えほんのじかん

【申込不要】

えほんのよみかかせや紙芝居など。

日 毎週金曜日11:00~11:30

場 図書館えほんコーナー

#### ★赤ちゃんの部屋

【申込不要】

えほんのよみか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 2月12日(水)10:30~11:00

場 住之江会館和室

#### ★住之江図書館寄席

【申込不要】

お笑い福祉士の落語家のみなさんと住之江のまち案内ボランティアの方による、恒例の寄席です。

日 2月16日(日)13:30~15:30

場 住之江会館会議室 対 小学4年生以上

定 当日先着80名

問 住之江図書館 ☎6683-2788 南加賀屋3-1-20 3階

住之江図書館

検索

#### ★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。テキスト『本屋さんのダイアナ』柚木 麻子著

日 2月19日(水)10:30~12:00

場 住之江会館会議室

#### ★おとなの工作教室・千代紙あそび

姿も愛らしくてよく回る、独楽(こま)を作ります。材料費100円を当日ご用意ください。

日 2月26日(水)10:00~12:00

場 住之江会館会議室 対 15歳以上の方

定 先着8名

申 2月5日(水)10:00より電話・来館で受付

#### 【休館のお知らせ】

蔵書点検などのため、3月4日(水)から3月9日(月)まで休館いたします。ご不便をおかけしますが、ご理解をお願いいたします。休館中でも返却ポストはお使いいただけます。

## 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)	2月11日(火・祝) 3月2日(月)
南港前団地(南港東1-6)	13:30~14:00 14:30~15:00
シーサイドレジデンスコスモスクエア駅前(南港北1-25)	2月4日(火) 3月10日(火)
14:10~15:20	
シティハイツ住之江2号棟前(西住之江1-3)	10:40~11:20
粉浜小学校南門(粉浜2-6)	2月19日(水)
13:00~14:00	
市営住之江住宅3号棟前(住之江3-14)	14:30~15:00
加賀屋福祉センター(東加賀屋2-14)	2月28日(金)
10:10~10:50	
南港公園北東入口(南港中3-1)	13:45~15:15

問 中央図書館自動車文庫 ☎6539-3305