



さ・こみせん

発行：吹田市立内本町コミュニティセンター

TEL：06-6319-3395

FAX：06-6319-3413

部 会 活 動 予 定

健康体操

高齢者福祉部会

- 楽しく体を動かして身も心もリフレッシュ

開催日時：4月14日（水）

午後2時～午後4時

講師：吹田市高齢者福祉室職員さん

定員：30人 先着順

費用：無料

持ち物：タオル、飲み物

申し込み：4月1日（木）～



コミサロちょっといこか

福祉ボランティア部会

- お茶を飲みながら、ゆったりとお喋りして
脳トレ・口トレを楽しみませんか？

開催日時：5月1日（土）

午後1時30分～午後3時

費用：100円

申し込み：不要・当日参加



万葉のころ

文化活動部会

- テーマ 令和ゆかりの地

とお みかど

遠の朝廷（大宰府）と周辺の国

開催日時：4月24日（土）

午後2時～午後3時30分

講師：大高 勇 さん

定員：20名 先着順

費用：100円（資料代）

申し込み：4月7日（水）～



布引ハーブ園内ウォーキング

健康づくり・スポーツ部会

- 神戸市・布引ハーブ園内を散策します

開催日時：5月10日（月）

集合：午前9時30分 コミセン玄関前

帰着予定：午後4時頃（少雨決行）

定員：20人 多数抽選

費用：交通費3220円（実費）

持ち物：飲み物、雨具、昼食は各自でご自由に

申し込み：4月19日（月）～4月30日（金）

結果は5月3日（月）以降に窓口、

もしくは電話にて、ご確認ください。



コーヒー講座

障がい者支援部会

- 美味しく学びましょう

開催日時：5月14日（金）

午後2時～午後4時

講師：北山 晶規さん

定員：8人 先着順

費用：500円（材料費＋ケーキ）

持ち物：エプロン、三角巾、手袋、手拭きタオル

申し込み：4月23日（金）～



部会紹介

JR 以南コミュニティ協議会は、7つの部会活動を行っています。

各部会では定期的に部会議を開き、その中で決まった内容を活動委員会に提出、協議されたのちに実際の催しとして決定されます。

健康・文化・地域交流・福祉など、日常生活をさらに豊かなものにしていただけるよう、様々な活動をしています。

活動内容は多岐にわたり、各分野で活躍される方を講師にお呼びした講座や、体力作りのための講座、館外での活動など、たくさんの方に参加していただける催しを企画しています。

昨年から新型コロナウイルス感染防止のため、催しの中止が続いて、残念な思いでしたが、今年度も新たな思いで、皆さんに楽しんでもらえるような企画で、お待ちしております。

【当協議会では随時会員を募集しております。

活動に参加されたい方は事務局まで、ご連絡ください。
部会活動にもご参加お待ちしております。】

内本町コミュニティセンター ☎06-6319-3395

暮らし・情報部会



河角 部会長



高齢者がイキイキと、自分らしく生活できるように、応援したいと行事を計画しました。認知能力が落ちて詐欺にあわないよう、簡単で美味しい料理作り、元気に堺の世界遺産「百舌鳥古墳群」の見学、安心安全な住宅に住むため耐震の学習。高齢になると尿トラブルの学習。年末には指を使いしめ縄作りを楽しみたいです。

高齢者福祉部会



釣田 部会長



高齢化の進む中、いくつになっても元気に生活をエンジョイするために、食・体操・趣味など多岐にわたって、若々しく健康で楽しく生きるための講座を開いています。部会員が、みなさまの交流の場としても楽しんでいただけるよう、毎回アイデアを絞って企画しております。多くの方のご参加をお待ちしています。

福祉ボランティア部会



北嶋 部会長



コロナ禍での新しい日常にプラスαを！！
誰もが気軽に参加できるいごち良い部会。「コミサロちょっといいか」高齢者スポーツ指導者を講師に迎え、脳トレ、軽体操、編み物、お茶タイム有り。「ボッチャ体験」東京パラ競技を吹田ボッチャの会さんに指導していただきます。「健やか体操」軽快なお話とリズムに乗って健康寿命を伸ばしましょう。

文化活動部会



堀垣 部会長



昨年はコロナの為計画していた活動は出来ませんでした。人気のある「民謡をたのしもう」「万葉のころ」等も心配なく教室で出来るようになればと願います。集まって楽しく・・・というモットーで計画し、参加していただきたいと願っています。ひととき日常から離れた世界に浸り、ゆとりの時を感じる生活のビタミン剤と思いき是非ご参加ください。

健康づくり・スポーツ部会



山上 部会長



当部会は年齢を問わず誰にでもできるスポーツをしています。簡単なルールを理解して・大ホールでうっすら汗を浮かべながら・的やゴールに向かって集中し・命中してスカッとして・安全で楽しくグループで対戦、脳の活性化にバッチリです。年に一度は野外へハイキングにでかけます。笑顔があふれる部会です。

ひと・共生部会



岸田 部会長



ひと・共生部会は、季節のお花や紅葉を見る花めぐり・今も大阪に現役で運航している渡船に乗る渡船散歩・その土地の歴史を学び往時を思う歴史散歩・吹田市立博物館の出前講座などの活動を通じて多くの人と学び・ふれあいそして楽しんでいます。楽しいことはどんどんやるのがモットーです。皆様のご参加をお待ちしています。

障がい者支援部会



村住 部会長



障がい者支援部会は、音楽で元気に・アフタヌーンティー・コーヒー講座・近隣の障がい者施設見学などの活動を通じて障がい者や多くの皆さんと交流しています。障がい者だけでなく乳幼児からお年寄りまで誰もが暮らしやすい生活環境を目指して、共に考え・学び・活動しています。皆様のご支援をよろしくお願いします。



美ママくらぶ

★産後ママのボディーケア

開催日時：5月11日(火)

午前10時30分～

午前11時45分

講師：山口 敦子さん



対象：1ヶ月～8ヶ月くらいまでの赤ちゃん和妈妈

定員：親子6組 多数抽選

費用：無料

申し込み：4月21日(水)～5月1日(土)

抽選結果は、当方より連絡いたします



主催行事予定

ももこくらぶ

4月16日(金)

(折り紙)

午前10時～正午

対象：60歳以上の男女

定員：先着20人

費用：材料費実費

華やかな
花束の折り紙
です



申し込み不要



ほわほわくらぶ



4月12日(月)

午前10時30分～

午前11時30分

対象：0歳～3歳の
乳幼児と保護者

定員：10組

多数抽選

費用：無料

申し込み4月1日～4月8日

抽選結果は、当方より連絡いたします

5月10日(月)

午前10時30分～

午前11時30分

対象：0歳～3歳の
乳幼児と保護者

定員：10組

多数抽選

費用：無料

申し込み4月21日～5月1日

こども将棋教室

4月10日(土)

午前10時～正午

対象：小学生

定員：先着20人

費用：100円

初心者
歓迎!!



申し込み不要

新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止が決定した催し物

★ 万博の歴史②

(ひと・共生部会)

2月18日(木)

★ 春を楽しむハレの日ごはん

(高齢者福祉部会)

3月2日(火)



『ありがとうございました』



おぐら きょうへい
小倉 匡平

地域の皆さんと日々接しながらの
仕事という貴重な経験、そして利用者の
皆さん、スタッフの皆さんに感謝です。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
開催予定の催しも中止となる場合があります。

ホームページ、お電話で必ずご確認を
お願いします。

来館される際にはマスクの
着用をお願い致します

内本町コミュニティセンター

ホームページ <http://succn.jp>

電話 6319-3395



コミセンニュース

コミュニティセンター
玄関に足踏みペダル式の
消毒スタンドを
製作して頂きました。

ご使用の際は、足元の
ペダルを踏んで
ください。



* 休館日のお知らせ *

コミセン：4月20日(火)・5月18日(火)

コミスペ：毎週木曜日と祝日の翌日 4月1日・8日・15日・22日・29日・30日

吹田市立内本町コミュニティセンター広報誌「ざ・コミセン」249号 令和3年4月1日(木)発行
編集・発行：吹田市 JR以南コミュニティ協議会 〒564-0032 吹田市内本町2丁目2番12号

☎06-6319-3395/FAX06-6319-3413 mail: ckddi108@sutv.zaq.ne.jp ホームページ <http://succn.jp>

