



ざ・コミセン

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

おうちでコミセン講座

布引ハーブ園ウォーキング

部会行事『布引ハーブ園ウォーキング』は健康づくり・スポーツ部会が開催を予定しておりました。しかし、近年の新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、開催することが叶いませんでした。そこで今回は実際に予定していた日程表や、実際の園内の写真などから、少しでもイメージしてもらいたいと思い、神戸布引ハーブ園様ご協力のもと、ざ・コミセンに掲載することになりました。

日程表

内本町コミュニティセンター	集合時間	午前 9 時 30 分 (行程説明あり)
↓ 徒歩		
JR 吹田駅	10:10 着 10:18 発	
↓		
JR 大阪駅	10:27 着 10:30 発	【650 円】
↓		
JR 三宮駅	10:51 着	
↓ 徒歩 3 分		
神戸市営地下鉄 三宮駅	11:00 発	
↓		
神戸市営地下鉄 新神戸駅	11:02 着	【210 円】
↓ 徒歩 5 分		
ロープウェイハーブ園 山麓駅		
↓	10 分	往復 【1500 円】
ロープウェイハーブ園 山頂駅		

※平日ダイヤを元に作成しています

神戸布引ハーブ園・園内



神戸布引ハーブ園イベントのお知らせ

古城のクリスマス 2021

2021 年 11 月 13 日 (土)

～ 2021 年 12 月 26 日 (日)

※古城のクリスマス 2021 は神戸布引ハーブ園主催のイベントです

神戸布引ハーブ園／ロープウェイ

〒650-0002 兵庫県神戸市中央区北野町 1-4-3

TEL：078-271-1160



次回の布引ハーブ園ウォーキングは 2022 年 5 月に予定しております

部 会 活 動 予 定

カーリンコン

健康づくり・スポーツ部会

- 6枚のディスクを両チーム交互に投げ合い、どちらが目標に近いかを競うスポーツです。

開催日時：11月18日（木）

午前10時～正午

講師：西尾 圭子 さん

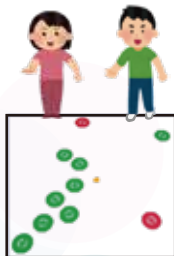
定員：20人 先着順

費用：無料

持ち物：マスク、タオル、飲み物

動きやすい服装でお越し下さい！

申し込み：11月4日（木）～



健やか体操

福祉ボランティア部会

- ストレッチ&脳トレで健康長寿を目指しましょう！！

開催日時：11月29日（月）

午後2時～午後3時30分

講師：折居 晶子 さん

定員：35人 先着順

費用：無料

持ち物：マスク、汗拭きタオル、飲み物

動きやすい服装でお越しください！

申し込み：11月15日（月）～



万葉のころ

文化活動部会

- 令和ゆかりの地

遠の朝廷（大宰府）と周辺の国

開催日時：11月20日（土）

午後2時～午後3時30分

講師：大高 勇 さん

定員：20人 先着順

費用：資料代 100円

申し込み：11月6日（土）～



アフタヌーン・ティー

障がい者支援部会

- お茶と音楽・お花を楽しむ

☆音楽を聴きながら

ゆったりとしたときを過ごす♡

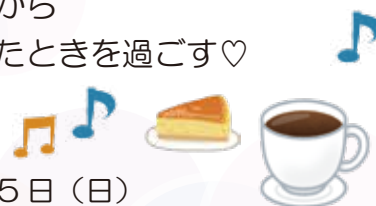
開催日時：12月5日（日）

午後2時～午後4時

定員：8人 先着順

費用：コーヒー、紅茶、ケーキ等
各100円

申し込み：不要、当日参加



ボッチャ

障がい者支援部会

- ヨーロッパ生まれの

パラリンピック正式種目

開催日時：11月21日（日）

午後1時30分～午後3時30分

指導：吹田ボッチャの会

定員：30人 先着順

費用：無料

申し込み：11月2日（火）～



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

- ✳ 秋を歌いましょう

11月15日（月）（高齢者福祉部会）

- ✳ 堺世界遺産（百舌鳥古墳群見学）

11月19日（金）（暮らし・情報部会）

- ✳ 近現代史講座③

11月25日（木）（ひと・共生部会）

お申し込み・お問い合わせは、内本町コミュニティセンターの電話又は直接窓口まで！

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため
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。



ホームページ <http://succn.jp>

電話 06-6319-3395

部 会 活 動 報 告

ウェルネスダーツ

9月8日(水)
健康づくり・スポーツ部会



うえだ ゆたか
講師：上田 豊 さん



コロナ禍により、感染予防の基本的な事柄を参加者の方に約束いただいたうえで行いました。練習をした後、3名一組で試合形式で行いました。2回戦では皆さんの上達ぶりがよくわかりました。次回も参加したいとの声がありました。(山上)

音楽で元気に！

9月12日(日)
障がい者支援部会



コロナ禍、緊急事態宣言の中での活動でした。ソーシャルディスタンスを保ちながら体操！ 終わってペットボトルボーリング、卓球を楽しみました。飲食禁止の為、終了後のティータイムがなく、コロナ終焉を願っての「音楽で元気に！」でした。(村住)

「超かんたんシンプルスマホ体験教室」

9月8日(水)

＜スマホ教室＞を受講して



Mさんご夫婦
の場合

*コミセンには良く来られますか？

よく利用します

*現在スマホを持っていますか？

二人ともガラケーです

*今回受講するきっかけは何ですか？

「ざ・コミセン」で講座を知りました。

ガラケーがなくなるので、スマホに変える時期かなと思って。

*受講内容はよく理解できましたか？

丁寧に教えてもらって、よくわかりました。

*スマホ教室はあちらこちらで開催されていますが・・・

タイミングよくコミセンでしてくれたので、よく利用しているコミセンで受けたいと思って。

もこもこくらぶ

11月19日(金)

朗 読

午前10時～正午

対 象：60歳以上の男女

定 員：先着20人

費 用：無 料

申し込み不要



ほわほわくらぶ

12月13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：11月24日(水)～12月1日(水)

抽選結果は、当方より連絡いたします



こども将棋教室

11月20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



コミセンからの
お願い!

ご不要の『CDラジオカセットレコーダー』があれば、
内本町コミュニティセンターへご寄贈をお願いいたします。

当センターまで、ご連絡をお願いいたします。

06-6319-3395





美ママくらぶ

★産後ママのボディーケア

開催日時：12月6日(月)

午前10時30分～

午前11時45分

講師：山口 敦子さん



対象：1か月～8か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：11月18日(木)～11月28日(日)

抽選結果は、当方より連絡いたします



『超かんたんシンプルスマホ体験教室』

初めての方でも大丈夫！

ガラケーからスマホに切り替えをお考えの方を対象に

スマホの基礎から丁寧に教えます。

講習には人気の「シンプルスマホ」をご用意します。

11月25日(木)

時間：午後1時30分～3時30分

定員：20人(多数抽選)

講師：スマートフォンアドバイザー

参加料：無料

申し込み：往復はがきでお申し込みください

11月1日(月)～11月12日(金)

〒564-0032 吹田市内本町2丁目2番12号

吹田市立内本町コミュニティセンター 宛



水色の切手の面		往信面	
63 往信	564 0032 吹田市内本町2丁目2番12号 「吹田市立内本町 コミュニティセンター」行	何も記入しないで ください	
緑色の切手の面		返信面	
63 返信	ご本人様の住所 お名前	④ 電話番号	③ 名前(ふりがな) ② 住所 ① スマホ体験教室

お申し込みは往復ハガキでお願いします

内本町コミュニティセンタースタッフ募集

募集人員：コミュニティセンタースタッフ1人

応募資格：パソコンの基本操作が出来る人

勤務時間：午前8時30分～午後10時のうち6時間、休憩1時間、週3日程度、土・日・祝・休日勤務あり

仕事内容：内本町コミュニティセンターで窓口業務及び各種催しの運営など

採用：令和3年12月

定年：70歳

選考内容：一次(履歴書・作文)、二次(面接)

応募方法：作文「私が考えるコミュニティづくり」を200字程度にまとめ履歴書(写真付)と同封のうえ下記宛へ郵送または持参してください

応募受付期間：令和3年11月15日(月)必着

宛先：〒564-0032 吹田市内本町2丁目2番12号

吹田市 JR以南コミュニティ協議会「スタッフ募集」係

詳細、お問い合わせは ☎06-6319-3395 まで



* 休館日のお知らせ * コミセン：11月16日(火)・12月21日(火)

コミスペ：毎週木曜日と祝日の翌日 11月4日・5日・11日・18日・24日・25日

JR以南コミュニティスペースの貸館予約はお電話でも承っております

☎06-6382-3401

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」256号 令和3年11月1日(月)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

