



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

まち協・コミセン連携講座

目のお悩み改善 視力向上ヨガセミナー

講座内容：スマートフォン、PCの長時間使用などからくる目の疲れ、ドライアイ、視力低下・・・、そんな目のお悩みを改善するのが視力向上ヨガです。小学生のお子様から高齢の方まで、受けていただけるプログラムです。

開催日時：令和4年10月1日（土） 午後2時～3時30分

対象：小学校高学年以上

講師：ヨガスタジオ ルナヨガ スタッフ

定員：先着20名

費用：800円

服装・持ち物：動きやすい服装でご参加ください。

ヨガマット（なければブランケットやバスタオル）をお持ちください。

申し込み：令和4年9月12日（月）～9月19日（月）

内本町コミュニティセンターの窓口または電話にて



主催：NPO法人 JR 吹田駅周辺まちづくり協議会
共催：吹田市 JR 以南コミュニティ協議会
協力：ヨガスタジオ ルナヨガ

<講座内容詳細問合せ> NPO法人 JR 吹田駅周辺まちづくり協議会 電話・FAX：06-7500-9384
MAIL：suita_matikyo@yahoo.co.jp 電話対応日時：月・火・木・金曜日（祝日除く）午前10時～午後4時



夏休み手作り工作

7月30日（土）

講師：心ふれあい SA 吹田おもちゃ部会

3年ぶりの開催となった夏休み手作り工作！
子供たちは真剣な表情で、取り組んでいました。
夏休みのいい思い出になるといいですね。



部 会 活 動 予 定

建築物の耐震化講座

暮らし・情報部会

- 日本は地震の国です。壊れにくい建築物の補強などを学びます。

開催日時：9月16日（金）

午後1時30分～午後3時30分

講 師：吹田市都市計画部 開発審査室

主任 かわまた とものり 河股 智矩 さん

定 員：20人 **先着順**

費 用：無 料

持 ち 物：筆記用具

申し込み：9月2日（金）～



音楽で元気に！

障がい者支援部会

- 音楽を聴きながら身体を動かそう～

開催日時：9月18日（日）

午後1時～午後3時

定 員：15人 **先着順**

費 用：コーヒー、紅茶、パウンドケーキなど
各100円でご用意しています

持 ち 物：タオル・飲み物

申し込み：不要・当日参加



コミサロちょっといこか

福祉ボランティア部会

- パラスポーツ・ボッチャを楽しみませんか

開催日時：9月24日（土）

午後1時30分～午後3時30分

定 員：20人 **先着順**

費 用：100円

持 ち 物：タオル・飲み物

申し込み：不要・当日参加



民謡を楽しもう

文化活動部会

- 三味線の伴奏で楽しく唄います

開催日時：10月3日（月）

午前10時～正午

講 師：あや かつのり 彩 克紀 さん

定 員：20人 **先着順**

費 用：無 料

申し込み：9月19日（月）～



出前講座

ひと・共生部会

- 吹田と神崎川の交通河川
旧吹田と神崎川に関する歴史を紐解きます

開催日時：10月7日（金）

午後2時～午後3時30分

講 師：吹田市立博物館副館長

いけだ なおこ 池田 直子 さん

定 員：20人 **先着順**

費 用：無 料

申し込み：9月22日（木）～



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
への電話又は直接窓口まで！

**来館される際にマスクの
着用をお願い致します。**

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。



ホームページ <http://succn.jp>

電 話 06-6319-3395



スタッフ研修会

6月21日（火）休館日

吹田市役所から市民自治推進室 市場主幹と安倉主査に、出席いただき、スタッフと意見交換を行いました。今後の運営に生かしていきたいと思います。



吹田市 市民自治推進室
安倉主査 市場主幹



もこもこくらぶ

9月16日(金)

エコ絵手紙



午前10時～正午

対象：60歳以上の男女

定員：20人 **先着順**

費用：材料費実費

申し込み不要・当日参加

ほわほわくらぶ

10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 窓口・電話にて

9月24日(土)～10月1日(土)

抽選結果は、当方より連絡いたします



こども将棋教室

9月10日(土)

午前10時～正午

対象：小学生

定員：20人 **先着順**

費用：100円

初心者
歓迎!!



申し込み不要・当日参加

部 会 活 動 報 告

クラフト
「空き箱でオリジナル時計を
つくりましょう」

6月16日(木)
高齢者福祉部会



講師
たかぎ
高木みどりさん



6月10日の「時の記念日」
にちなんで、みなさん個性豊
かな時計を作成することがで
きました。それぞれ満足して
帰られました。(野々瀬)

ゴミの減量と食品ロスの話

6月17日(金)
暮らし・情報部会



講師
刈田市 環境政策室
はらくち たつや
原口達也さん

ごみ収集・処理に関する動画などでの説明でした。
質問も多く出、問題意識の高さがわかりました。最
後に「使い捨てなどのライフスタイルを見直す。限
りある資源を有効に使う。豊かな自然と共に生きる。」
大切なスローガンをいただきました。(河角)

盆踊り講習会

7月6・13日(水)
文化活動部会



講師
なかがわ みつこ
中川光子さん

コロナ禍の中、盆踊りファンの方々に盛り上がりま
した。河内音頭に始まり人気の山田権六踊り以下4
曲を久しぶりに汗を流して、みなさんで楽しく踊り
ました。男性の方の参加も6名ありました。また来
年も多くの方に参加してもらえたら良いですね。

(佐藤)

スカイクロス

7月11日(月)
健康づくり・スポーツ部会



講師
どい さぶろう
土井三郎さん

始めにスカイクロスのルール、投げ方などを教わり、
2組に分かれて練習試合を行いました。回を重ねる
ごとに上手に飛ぶようになり、拍手も多くなりました。
楽しい時間をありがとうございました。

(山上)

第26回 コミセンカラオケの集い 7月10日(日)



田原会長も
笑顔で熱唱!!



司会進行の皆さま、ありがとうございました



喫茶すっくも
大盛況!! ホッと
一息つけました。

コミセンすっくまつりに続き、3年ぶりの開催となりました。出演者60名の皆さんが、日々の練習の成果を発揮されていました。華やかな衣装に身を包み、大盛り上がりの1日でした。

子育てママの正直レポート ほわほわくらぶ・美ママくらぶ

どちらも違った魅力があり、楽しかったです。コロナ禍で外出先に悩むこの頃ですが、親子で楽しみつつ、穏やかな気持ちになれました。

今回レポートに協力してもらったのは



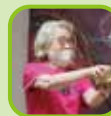
いっちゃんママ
いっちゃん(9ヵ月)

ほわほわくらぶ

内 容: 読み聞かせメインで
紙芝居や手遊びなど
対 象: 0歳~3歳の子どもと
保護者
開催頻度: 毎月 第2月曜日
参加人数: 親子10組(多数抽選)
次回予定: 10月10日(月)
(申し込みは9月24日~
10月1日まで)



講師
朗読工房



感想

1時間程で絵本3冊、紙芝居1冊、手遊び歌・・・とボリュームがすごいです。細かな内容は毎月変わるので何度行っても楽しめると思いました。

美ママくらぶ

内 容: 赤ちゃんのできるヨガや
ママ同士の相談会
対 象: 2ヵ月~8ヵ月くらいの
赤ちゃん和妈妈
開催頻度: ふた月に1回
参加人数: 親子6組(多数抽選)
次回予定: 10月24日(月)
(申し込みは10月4日~
10月14日まで)



講師
山口 敦子 さん



感想

産後の体ケアと、子どもとの遊びを一緒にできて良かったです。2ヵ月に1度の開催なので低月齢の内から通うのをオススメします。体がスッキリしました。

おむつ交換台: 2階トイレに2台(男女で1台ずつ。ゴミ箱はありません)
授 乳 室: 有り(その日の空き室または印刷室。スタッフにお声掛けください。)
エレベーター: 有り(ベビーカー2台までなら入ります)

休館日のお知らせ コミセン: 9月20日(火)・10月18日(火)
コミスぺ: 毎週木曜日と祝日の翌日9月1日・8日・15日・20日・22日・24日・29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」266号 令和4年9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>
JR以南コミュニティスペース 〒564-0015 吹田市幸町20-2 ☎/FAX06-6382-3401

