



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



## シニア向けスマホ体験教室 『はじめてのスマートフォン講座』



『これからスマホを使ってみようかなという方』『スマホに興味があるが、ちょっと試しに操作してみたい』という方に向けての体験講座です。スマートフォンの持ち方から、丁寧に教えてもらえます。講習には1人1台ずつ講習用スマートフォンをご用意いたします。

# 10月31日(月)

時 間：午後1時30分～午後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

10月13日(木) 消印有効

2022年4月 開催時の様子



水色の切手の面

往信面

緑色の切手の面

返信面

|                                                                |                          |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <p>63 往信</p> <p>564 0032 吹田市立内本町2丁目2番12号<br/>「コミュニティセンター」行</p> | <p>何も記入しないで<br/>ください</p> |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------|

|                                                                |                                                    |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| <p>63 返信</p> <p>郵便番号を必ず<br/>お書きください</p> <p>ご本人様の住所<br/>お名前</p> | <p>④ ③ ② ①</p> <p>電話番号 住所 スマホ体験教室<br/>名前(ふりがな)</p> |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|



親子で料理教室

8月7日(日)

講師：レストラン サンスーシ 山崎 清秀さん



《メニュー》  
夏野菜のサラダ  
鶏肉と夏野菜のソテー  
プロヴァンス風  
ブランマンジェ  
(フルーツ添え)



初めての包丁にドキドキしながらも、楽しく料理ができました。親子で協力し、サラダ、メイン、デザート の3品を作りました。簡単に作れる本格フレンチに、子どもも保護者も大満足でした。

# 部 会 活 動 予 定

## コミサロちょっといこか

福祉ボランティア部会

### ■ コミサロ料理教室 旬の野菜を使ってイタリアン

ミラノ風カツレツ  
かぼちゃのポタージュ  
キノコたっぷりサラダ  
季節のフルーツ・パン

開催日時：10月29日（土）

①午前10時～午後12時30分

②午後1時～午後3時30分

講 師：くらた まろや倉田 真路哉 さん

定 員：8人 **先着順**

費 用：1000円（材料費）

持 ち 物：エプロン・三角巾・タオル・筆記用具

申し込み：10月15日（土）～

## 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：11月11日（金）

午後2時～午後4時

しもごおり りゅうたろう

講 師：下郡 竜太郎 さん

定 員：8人 **多数抽選**

費 用：500円（材料費＋ケーキ）

持 ち 物：エプロン・三角巾  
手拭きタオル・手袋

申し込み：10月21日（金）～11月2日（水）



## 終活で生き生きと

高齢者福祉部会

### ■ エンディングノート（6月改訂版）の 使い方と人生会議について学びます

開催日時：11月9日（水）

午後1時30分～午後3時30分

講 師：吹田市保健所保健医療総務室  
あしはら なみ芦原 奈美 さん

定 員：20人 **先着順**

費 用：無 料

持 ち 物：筆記用具・飲み物

申し込み：10月20日（木）～



## 美ママくらぶ

### ★産後ママのボディーケア

開催日時：10月24日（月）

午前10時30分～

午前11時45分



やまぐち あつこ講 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：10月4日（火）～10月14日（金）

抽選結果は、当方より連絡いたします

## もこもこくらぶ 10月14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

申し込み 窓口・電話にて  
10月2日（日）～先着順

## ほわほわくらぶ 11月14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

10月24日（月）～11月1日（火）

抽選結果は、当方より連絡いたします



## こども将棋教室 10月15日（土）

初心者  
歓迎!!

午前10時～正午

対象：小学生

定員：先着20人

費用：100円

申し込み不要





# 部 会 活 動 報 告

## ポッチャ

7月17日(日)  
障がい者支援部会



総勢 28 名で楽しみました。  
小学生も参加されていました。  
上手にボールを投げると、拍  
手で盛り上がりました。「次回  
も参加します！」と言われて  
いました。(村住)



## 健やか体操

8月27日(土)  
福祉ボランティア部会



講師  
おりい あきこ  
折居 晶子 さん

脳トレ、全身ストレッチを含め、体操の一コマ一  
コマを丁寧に指導していただきました。初参加の方々  
にも、充実の 90 分でした。折居先生を囲み、多数  
の質問にも詳しく説明していただき、皆さん納得！  
スッパリ健やか体操でした。(北嶋)

## コミサロちょっといこか

7月30日(土)  
福祉ボランティア部会



リズム体操で体を  
ほぐし、ポッチャ  
は 3 チームによ  
るトーナメント戦  
で、行いました。  
その後、ワンポイ

ント手話に紙芝居、コーヒータムでおしゃべり満  
開。充実した「ちょっといこか」でした。(北嶋)

## キュービクル交換による停電のお知らせ

それに伴い

10月31日(月)夜間・11月13日(日)が、  
全館休館になります。

また、11月1日(火)～11月12日(土)  
は、空調がききません。

利用者さまには、ご不便をおかけしますが、  
ご理解いただきますよう、お願いいたします。

## 報告 喫茶すく コミスペ カフェ企画

「暑気払いカフェ」 8月13日(土)



サルスベリが満開



柿が実り  
始めました



ぶどうも実を付けました

真夏のコミスペに、コーヒーのよい香りがただ  
よいました。夏の花も真っ盛り！  
次回は実りの秋の 10 月です。庭の柿も実を付け  
始めました。柿狩りが出来るといいですね。

## 次回予定「柿狩りカフェ」

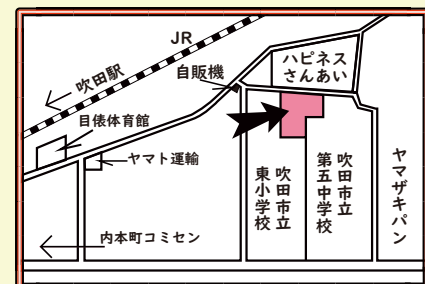
10月8日(土)

午前 11 時～午後 3 時 30 分

場所

JR 以南コミュニティスペース

吹田市幸町 20-2 ☎06-6382-3401



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。

来館される際にマスクの着用お願い致します。



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  
電話又は直接窓口まで！

ホームページ <http://succn.jp> 電話 06-6319-3395



# オータムフェスタ 2022

内本町コミュニティセンターにて、コスプレイベント開催!!

旭通りコスプレフェスタ『おどつな!』 10月22日(土)

同時開催: オープンカフェ(ポップコーン、フランクフルト)

内本町コミュニティセンター玄関前にて販売(午前11時~午後2時30分)

2階 料理実習室にてカフェ開催



夏休み手作り工作

8月6日(土)

講師: 吹田青少年活動研究会



今回は『おどるタコ』を作りました。頭を押すと、ぴよこぴよこ踊るタコに子どもたちも嬉しそうでした。おもちゃ作りを通して、自分で作る楽しさや達成感を学ぶことができました。

## 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2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4年11月  
 定年 : 73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400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4年10月14日(金) 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



## 第1回 吹田だんじり祭 7月31日(日)

浜の堂

西奥町

都呂須



六地藏

神境町

JR吹田駅前の様子



記念すべき第一回吹田だんじり祭。約3年ぶりに曳行されただんじりに、多くの人が心を動かされました。

\*休館日のお知らせ\* コミセン: 10月18日(火)・31日(月)夜間・11月13日(日)・15日(火)  
 コミスぺ: 毎週木曜日と祝日の翌日 10月6日・11日・13日・20日・27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」267号 令和4年10月1日(土)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

