



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

報告 すい臓のおはなし

3月4日（土）

～働きや病気のこと知ってみませんか？～

地域密着健康講座

済生会吹田病院

吹一地区公民館

吹三地区公民館

内本町コミュニティセンター

合同企画

吹一地区公民館
奥田 館長吹三地区公民館
山上 館長JR 以南コミュニティ協議会
田原 会長

第1回 地域密着健康講座が開催されました。

多数のお申し込みをいただいて、みなさんの健康への関心の高さがうかがえました。

済生会吹田病院の先生方による、すい臓がんについてのお話に、熱心に耳を傾けられていました。

質問コーナーでは、実体験に基づいた質問が多く、有意義な講座になりました。

次回の講座が待たれます。

Ⅰ：糖尿病とすい臓がん
消化器内科
しま としひで
院長 島 俊英Ⅱ：すい臓がん～早期発見
確実な診断のために～
おおや ひろひさ
消化器内科 医長 大矢 寛久Ⅲ：すい臓がんの治療
～がんに立ち向かう～
よしかわ たくろう
消化器外科 科長 吉川 卓郎

予告

《人と人つながり結ぶ》

6月24日（土）・25日（日）

コミセンすっくまつり

6月25日（日） 18:00～20:00

JAZZコンサート

「ORJO」 オンステージ

入場料：500円

申し込み：往復ハガキ・メール 6/1（木）～6/8（木）

部 会 活 動 予 定

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：5月21日（日）

午後1時30分～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

持 ち 物：タオル、飲み物、動きやすい服装で

申し込み：不要・当日参加



キャッシュレス決済について

暮らし・情報部会

■決済種類、特徴、注意点等を説明します

開催日時：6月2日（金）

午後1時30分～午後3時30分

講 師：金融広報アドバイザー

やつか かずね
八束 和音さん

定 員：20人 **先着順**

費 用：無 料

持 ち 物：筆記用具

申し込み：5月19日（金）～



マロ・クッキング教室

福祉ボランティア部会

■簡単なフレンチを一緒に作りましょう

開催日時：6月3日（土）

午前10時～午後1時

講 師：倉田 真路哉さん
くらた まろや

定 員：8人 **先着順**

費 用：1000円

持 ち 物：エプロン・三角巾・タオル・筆記用具

申し込み：5月20日（土）～

メニュー
*サーモンのサラダ
セルクル仕立て
*オニオンスープ
*旬魚のムニエル
ソースパンブラン
*季節のフルーツ
*パン

花めぐり

ひと・共生部会

■一心寺のジャカランダと天王寺界隈をめぐる

開催日時：6月14日（水） **雨天中止**

集合場所：午前10時 コミセン玄関集合

帰着予定：午後4時頃

定 員：15人 **多数抽選**

費 用：交通費実費（約700円）

持 ち 物：弁当、お茶、雨具等

申し込み：5月18日（木）～

結果発表：6月4日（日）

結果発表は午前9時30分以降、窓口または電話にてご確認ください。



部 会 活 動 報 告

春の華やかお花見弁当

3月9日（木）
高齢者福祉部会



講師
くぼた まゆみ
久保田 真由美さん



春野菜をつかった
ホイル焼き
てまりごはん
フルーツ大福

皆さん色とりどりのお花見弁当に大変喜んでいました。作り方も簡単で、家でも作れそうでした。春の陽気に包まれながらおいしくいただきました。（山下）



花めぐり

3月29日（金）
ひと・共生部会



当日はとてもいいお天気で風もなく、絶好のお花見日和でした。嵐山で満開の桜を眺めながらお弁当を食べ、嵐電では手が届きそうな桜を見ました。また、平野神社では色々な種類の桜を見て、春の京都を満喫しました。（岸田）



出前講座
吹田地域の古墳時代

2月3日(金)
ひと・共生部会



講師
吹田市立博物館 学芸員
ただけら ちかよ
竹原 千佳誉 さん

古墳時代の吹田は水上交通の要衝であり、朝鮮半島との交流から先進技術が導入され工業都市として栄えたそうです。興味深い話に質問も沢山出て大変盛り上がりしました。(岸田)



高齢者の健康維持

2月17日(金)
暮らし・情報部会



講師
吹一・吹六地域包括支援センター
主任ケアマネジャー
こうだい いけかず
好田 茂和 さん

高齢者の健康維持のため、食事はバランスよく深い睡眠、運動、社会的な孤立を避けるなどを教わりました。コミセンの行事は体を動かすものもあり、認知症予防に欠かせないと感じました。(河角)



講師
吹一・吹六地域包括支援センター
保健師
はまぐち よしえ
濱口 好恵 さん

コミサロ・ちょっといこか 2月25日(土)
福祉ボランティア部会



講師
吹田市健康づくり推進事業団
やまもと まさこ
山本 雅子 さん

健康づくりのための歩き方は大きな歩幅で背筋を伸ばし腕を大きく振って歩くことが大切だと教わりました。ウォーキングナビで腰にセンサーを付け、10メートル歩いた結果の記録を見てスムーズに歩く大切さを学びました。(北嶋)



大人が楽しむ絵本のひととき 3月16日(木)
文化活動部会



朗読
おおはし ふみえ
大橋 文江 さん

ユーチューバーの男性が来られたり、朗読工房を卒業した人、『絵本』を楽しみたいという参加者で充実した90分となりました。ありがとうございました。(大橋)



音楽で元気に！ 3月19日(日)
障がい者支援部会



ボッチャは初めての方も上手にプレーされ、楽しんでいました。運動後のコーヒータ임も、笑顔であふれ参加者の元気を後押ししているようでした。(村住)



コミサロ・ちょっといこか 3月25日(土)
福祉ボランティア部会



ボッチャで全身運動で体を温めた後、指先を動かし脳トレを行いました。今回は折り紙の製作でした。皆さんお気に入りの作品ができ、笑顔で解散しました。(北嶋)



ももこくらぶ

5月11日(木)

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

6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 窓口・電話・メールにて

5月24日(水)～6月1日(木)

抽選結果は、当方より連絡いたします



こども将棋教室

5月20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：無 料

申し込み不要



会員総会のご案内

3 年ぶりに会員総会を開催いたします

本年度は会員総会の後に、

懇親会も予定しております

是非ご参加ください

開催日：5月27日(土)

時 間：受 付・午後 1 時

総 会・午後 1 時 30 分～3 時

懇親会・午後 3 時 10 分～

場 所：当センター多目的ホール

協議会会員募集

地域のコミュニティづくりを支援する
協議会活動に皆様も参加されませんか

- ・部会主催の行事に優先的に、ご参加できます
(一部行事をのぞく)
- ・ボランティアとして、各イベントの企画、運営に、
ご参加いただけます
- ・「ざ・コミセン」誌を毎月お届けします

年会費1000円を添えて
窓口までお申し込みください

消防訓練



コミセンでは年に 2 回、利用者の安全を守るため、消防訓練を行っています。今回もスタッフ一同で、避難誘導、消火訓練に臨みました。また、コミスペでも同じく消火訓練を行いました。

3月21日 コミュニティセンター
2月20日 コミュニティスペース

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!



午前 9 時 30 分以降
にお願いします

ホームページ <http://succn.jp>

電話 06-6319-3395

休館日のお知らせ

コミセン：5月16日(火)・6月20日(火)

コミスペ：毎週木曜日と祝日の翌日5月4日・5日・6日・7日・11日・18日・25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」274号 令和5年5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: utihon3395@jcom.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

