



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

2023 すいたオータムフェスタ

10月21日（土）22日（日）

Suita Jazz Gospel Live

10月21日（土）22日（日）



4年ぶりのジャズゴスペルライブが催されました！当館では2日間で10ステージの演奏が行われ、たいへん盛り上がりしました。



Suita Jazz Gospel Live
ゲスト
ゴスペル・R&Bシンガー
Asiah（エイジア）さん



コミセンオープンカフェ

10月22日（日）



コミセンでは、玄関前でオープンカフェを開催しました。沢山の方にお立ち寄りいただき、フランクフルト・ポップコーンは早々と完売しました。



シニア向け「スマホ基本講座（LINEとスマホ決済編）」

スマートフォンでLINEやスマホ決済を始めたい方が対象の講座です

日時：12月20日（水）午後1時30分～午後3時30分

定員：20人 先着順

講師：スマートフォンアドバイザー

申し込み：12月1日（金）～12月10日（日）

電話または窓口まで **スマートフォンを1人1台貸し出します**

講座内容

①LINE 体験操作

②スマホを使ったキャッシュレス決済



部 会 活 動 予 定

アフタヌーンティー

障がい者支援部会

■キッチンコンサート

音楽を聴きながら、お茶を楽しみます

開催日時：12月3日（日）

午後2時～午後4時

講 師：^{むらかみ のりこ}村上 典子 さん

定 員：8人 **先着順**

費 用：コーヒー、紅茶、ケーキなど

各100円

申し込み：不要、当日参加



リースタイプのしめ縄作り

暮らし・情報部会

■お正月飾りを作しましょう

開催日時：12月16日（土）

午後1時30分～午後3時30分

講 師：^{ふじもり しげじ}藤森 重治 さん

定 員：**小学生** 15人 **多数抽選**

費 用：300円

持 ち 物：ハサミ（工作用）、手拭きタオル、

持ち帰り用ふくろ

申し込み：12月1日（金）～12月8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

12月7日（木）

工コ絵手紙

午前10時～正午

対 象：60歳以上

定 員：先着30人

費 用：ハガキ代

50円

申し込み不要・当日参加



ほわほわくらぶ

12月11日（月）

午前10時30分

～11時30分

対 象：0歳～3歳の

乳幼児と保護者

定 員：先着15組

費 用：無 料

申し込み不要・当日参加



こども将棋教室

12月16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・当日参加



部 会 活 動 報 告

コミサロちょっといこか

9月30日（土）
福祉ボランティア部会



体操で軽く身体をほぐした後、ボッチャのルールを教わりました。4人1組に分かれて試合をすることで、盛り上がり楽しい時間になりました。その後、おしゃべりをしながら折り紙でコマを作り、それを回して楽しみました。（橋本）

民謡を楽しもう

10月2日（月）
文化活動部会



講師
あや かつのり
彩 克紀さん

快晴の10月、久しぶりの民謡教室でした。りんご節（青森県）・郡上節（岐阜県）を習いました。初めは、なかなか大きな声を出せなかったのですが、克紀先生のご指導で出せるようになり、楽しい時間を過ごせました。（佐藤）

報告

陶芸教室

10月6日(金)

多数のご応募ありがとうございました。

コミセン連続講座



講師：味舌工房代表
ました ひでき
味舌 秀樹さん



4年振りの開催とあって定員の倍以上の申し込みがあり、陶芸が初めての方、前回も参加いただいた方等、多彩な参加者15人で講座をスタートしました。これから1年の長丁場となりますが、毎月、様々な課題にチャレンジされ、どのような素晴らしい作品ができていくのか楽しみです。

報告 今さら聞けない!! 「生活習慣病」 9月23日(土)

～高血圧・糖尿病を防ぐには～

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



済生会吹田病院
しま としひで
院長 島 俊英さん



代謝・糖尿病内科
たなか ひへい
田中 武兵さん



循環器内科
かわかみ りか
川上 利香さん



管理栄養士
なかむら ふうか
仲倉 風花さん



理学療法士
やまね あきら
山根 草さん



ふくらはぎ回り計測



握力測定



腹回り計測

地域密着健康講座も2回目の開催となりました。済生会吹田病院の先生による血圧と糖尿病の詳しいお話。管理栄養士と理学療法士の方たちは、食生活、運動など生活習慣の大切さを力説されていました。みなさん熱心に受講され質問もたくさんでていました。今回も有意義な講座でした。

報告

コミスペカフェ企画

「ハロウィンカフェ」10月28日(土)



子供達が、たくさん集まってハロウィンカフェを楽しみました。



次回予定

「クリスマスカフェ」

12月23日(土)



吹田市幸町 20-2
☎06-6382-3401

『ありがとうございました』



野村 次長

たくさんの方との出会いで、多くを学ばせていただいた8年間でした。おかげさまで楽しく仕事することができました。本当にありがとうございました。(10月末退職)

2024 年度

内本町コミュニティセンター JR 以南コミュニティスペース

カレンダー



2024 年

1 月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

2 月 音楽フェスティバル 2/25 (日)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29		

3 月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

4 月 懐かしの歌声喫茶 4/20 (土)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

5 月 総会・懇親会 5/25 (土)

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

6 月 コミセンすっくまつり 6/22 (日)

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

7 月 カラオケの集い 7/14 (日)
サマーコンサート 7/21 (土)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

8 月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

9 月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

10 月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

11 月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

12 月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



祝日

コミセン
休館日コミスペ
休館日

コミセンすっくまつり

コミセン行事
(決定分のみ記載しています)

休館日のお知らせ

コミセン：12 月 19 日 (火)・12 月 29 日～1 月 3 日・1 月 16 日 (火)

コミスペ：毎週木曜日と祝日の翌日 12 月 7 日・14 日・21 日・28 日・29 日～1 月 3 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」281 号 令和 5 年 12 月 1 日 (金) 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

