



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

10月

2024

申し込み不要

19(土) 20(日)

すいたオータムフェスタ

入場無料

Suita Jazz Gospel Live

19(土) 20(日) 開演：正午～午後8時

吹田ジャズゴスペルライブは、20組以上のバンドがジャズやゴスペルを中心に演奏します。皆様のお越しをお待ちしています。



ゲスト：久米 小百合さん
1979年にシンガーソングライター・久保田早紀としてデビュー。デビュー曲「異邦人」が140万枚のヒットとなる。85年、結婚を機に芸能界を引退。音楽宣教師・久米小百合として活動を開始し、現在は音・言葉・絵画を組み合わせた新しいスタイルのチャペルコンサートを行っている。東京パプテスト神学校神学科修了。カーネル神学大学院博士過程修了。オリブオイルのテイastingをしながら聖書の世界を楽しく学ぶ「バイブルカフェ」の講師としても活動している。



ゲスト：工藤 美保さん
桐朋学園高校音楽科を経て、同大学演奏学科卒業。ヴァイオリンを久保田良作氏に、室内楽を三善晃、岩崎叔各氏に師事。現在、弦楽四重奏の企画と演奏、室内オーケストラのコンサートマスターや「ユーオーディア・アンサンブル」のメンバーとして、またソリストとして国内外で活躍。TV、ラジオ等の録音、ミュージカル、首相官邸の歓迎晩餐会での演奏をはじめ、古典から実験音楽までジャンルを超えた幅広い活動を行っている。

コミセンオープンカフェ

20(日) 午前11時～午後3時

オープンカフェでは、喫茶コーナーやフランクフルト、ポップコーンの販売 又、特設コーナーを設けバルーンアートを行います。



フランクフルト・ポップコーン 各100円

特設コーナー

バルーンアート



喫茶すっくコーナー

場所：玄関ロビー

MENU!	
珈琲	150円
紅茶	150円
[お菓子付]	
ゆず茶	150円
[お菓子付]	
ジュース	150円
[お菓子付]	
お気軽にご利用ください!	

久米 小百合さん・工藤 美保さんの出演予定は19日(土)午後16時からです。申し込みは不要です。自由にお入り下さい。

部 会 活 動 予 定

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8日（金）

午後2時～午後3時30分

講 師：くるみや ゆうき 久留宮 祐樹 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18日（金）～10月31日（木）

結果発表：11月3日（日）



カーリンコン

健康づくり・スポーツ部会

■6枚のディスクを投げ合い、ポイントを競う 気軽にできるスポーツです

開催日時：11月14日（木）

午前10時30分～正午

講 師：にしお けいこ 西尾 圭子 さん

定 員：20人 先着順

費 用：無 料

持 ち 物：タオル、飲み物、動きやすい服装で

申し込み：10月31日（木）～

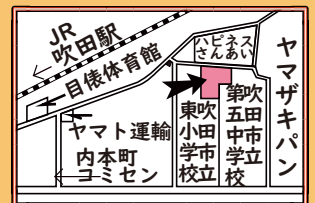


結果発表は午前9時30分以降、窓口または電話にてご確認ください。

案内

コムスペカフェ企画「ハロウィンカフェ」

10月26日（土）午前11時～午後3時



JR以南コミュニティスペース
吹田市幸町20-2
☎ 06-6382-3401

秋を感じながらコーヒーや
ケーキなどを楽しめます
（写真は昨年度のものです）



バルーンアートや
ボールポンを行います



美ママくらぶ

10月28日（月）

午前10時30分～午前11時45分

講 師：やまくち あつこ 山口 敦子 さん

対 象：1か月～12か月くらいまでの赤ちゃん和妈妈

定 員：親子10組 多数抽選

費 用：無 料

申し込み：10月8日（火）～10月18日（金）

窓口・電話・メールにて受付



★産後ママのボディーケア★



メールでもお申し込みになれます。メールに、保護者と
お子様のお名前（ふりがな）月齢・住所・電話番号を記入の上
utihon3395@jcom.zaq.ne.jp まで
抽選結果は、10月20日（日）までに当方より連絡いたします。

もこもこくらぶ

10月17日(木)

折り紙 (来年の干支を作ります)

午前10時~正午

対象: 60歳以上

定員: 先着20人

費用: 材料費実費 (400円位)

申し込み: 10月6日(日)~

窓口・電話にて受付



ほわほわくらぶ

10月14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10組

費用: 無料

申し込み不要・当日参加



将棋入門

10月12日(土)

女性歓迎

午前10時~正午

対象: 小学生と女性

定員: 先着20人

費用: 無料

申し込み不要・当日参加



手話講座 10月25日(金)

全6回で基本を学び、順次レベルアップします!

時間: 午後1時30分~午後3時30分 定員: 25人 先着順

講師: 平居 とし子 さん

費用: 無料

通訳: 杉安 まさえ さん

申し込み: 10月11日(金)~

窓口・電話にて受付



開催日

10月25日(金)

11月29日(金)

12月20日(金)

1月24日(金)

2月14日(金)

3月28日(金)

ハッピーハロウィン 10月26日(土)

~身近なものでハロウィンコスプレを作ろう~

時間: 午後1時30分~午後3時30分

協力: 大和大学 SDG 研究推進室

定員: 30人 先着順

費用: 無料

申し込み: 10月12日(土)~ 窓口・電話にて受付



お面

マント

部会活動報告

腸活の話

7月19日(金)
暮らし・情報部会



講師
基礎健康医学アドバイザー
ふしい ようこ
藤井 陽子さん

腸活とは食事や運動を通じて腸内環境を整えること。腸は、要らないものを出すだけの臓器ではない。短鎖脂肪酸を生み出ししっかり消化するために酵素が必要。この短鎖脂肪酸を生み出すための食事の選び方などの指導をしていただきました。(河角)

ウエルネスダーツ

9月4日(水)
健康づくり・スポーツ部会



講師
日本ウエルネスダーツ協会
うえだ ゆたか
理事長 上田 豊さん

まず先生からダーツのルールの指導を受けました。楽しく話をされて自然とダーツの世界に引き込まれました。認知症の予防に最適とのこと。3人ひと組で5組に分かれて総当たりの試合をして、非常に楽しくできました。(山上)

7/27
(土)

夏休み手作り工作 ～おもちゃを作って遊ぼう～

身近な材料を使って作る「おもちゃ」を12種類、用意しました。小さなお子様も自分で作って、楽しむことができました。



協力：『心ふれあいSA吹田』
おもちゃ部会の皆さん

8/3
(土)

ロボットを作ろう！～『マーズをめざせ！火星探査車』を作るよ～

ロボット教室は大人気で多数のご応募を頂きました。電池とモーターを使って動く火星探査車を、みなさん大事に持ち帰りました。



協力：『心ふれあいSA吹田』
ロボット部会の皆さん

8/7
(水)

子供縁日

～楽しいゲームが待ってるよ～

スーパーボール・プラ板・魚釣りの3種類を用意しました。中でもプラ板は人気で、皆さん上手に絵を描いていました。



協力：『そらまめ』
大和大学の皆さん

8/18
(日)

親子で料理教室

～身近な食材で作るプロヴァンス風料理～

お父さんの参加が多く見られました。お子様たちは、上手に包丁を使いこなしていました。自分が作った美味しい料理に満足した様子でした。



協力：レストラン
サンスーシ シェフ
やまざき きよひで
山崎 清秀 さん

メニュー
*プロヴァンス風
ハヤシライス
*チーズケーキ

8/25
(日)

プラネタリウム

～星空の旅を楽しもう～

移動式プラネタリウムで、お子様たちは星空の観望を楽しみました。たくさんの星座を知る機会となり、喜びの声を頂きました。



協力：AOA 代表
むらお たけし
村尾 毅 さん



休館日のお知らせ

コミセン：10月15日(火)・11月19日(火)

コミスペ：10月3日・10日・15日・17日・24日・31日(毎月木曜日と祝日の翌日)

