



# 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

2024

12/15  
(日)



コミセン



入場  
無料

## クリスマスコンサート

コミセン クリスマスコンサートは、今年で2回目となります。  
「Powrus Harmony」と「アイランドウインドオーケストラ」による素晴らしい  
コーラスと演奏をお楽しみください。



Powrus Harmony (ゴスペル)



アイランドウインドオーケストラ (吹奏楽)

開 場：午後 1 時  
開 演：午後 1 時 30 分～午後 4 時  
定 員：60 人 先着順  
対 象：小学生以上

入場無料

申し込み：11月10日(日)～  
11月30日(土)

電話又は窓口にて受付

ホールロビーにて、ミニクッキー付飲み物を販売します。ご自由に、お買い求めください。ホール内で飲食できません。(数に限りがあります)



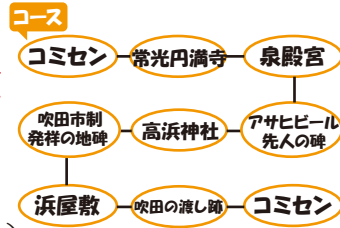
# 部 会 活 動 予 定

## 吹田街歩き 旧吹田村

暮らし・情報部会

### ■吹田まち案内人と歩く 4km

開催日時：11月15日（金）雨天決行  
集合場所：午前9時15分 コミセン玄関前集合  
帰着予定：正午  
定員：15人 先着順  
費用：無料  
持ち物：飲み物、雨具  
申し込み：11月2日（土）～



## 花めぐり

ひと・共生部会

### ■京都府立植物園

多彩な植物の紅葉が見られます  
開催日時：11月28日（木）雨天中止  
集合場所：午前9時30分 コミセン玄関前集合  
帰着予定：午後4時30分頃  
定員：15人 多数抽選  
費用：交通費実費1300円と入園料200円  
持ち物：飲み物、弁当、雨具等  
申し込み：11月6日（水）～11月20日（水）  
結果発表：11月21日（木）10時～ 窓口・電話にて



## 万葉のこころ

文化活動部会

### ■万葉のこころの旅 近畿編（1）

逢坂山、名張、明石、紀伊妹背山 他

開催日時：11月16日（土）  
午後2時～午後3時30分

講師：おおたか いさむ 大高 勇さん

定員：30人 先着順

費用：100円（資料代）

申し込み：11月4日（月）～



## 体にやさしい料理教室

福祉ボランティア部会

### ■からだにやさしい旬ごはん

開催日時：11月30日（土）  
午前10時～午後1時30分

講師：ささき らみこ 栄養士 佐々木 文子さん

定員：15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：11月16日（土）～



メニュー  
\*さつまいもごはん  
\*鯛の春巻  
\*チキンピカタ  
\*フルーツ白和え

## ポッチャ

障がい者支援部会

### ■お子さんから車いすの方も楽しめるスポーツです 体験してみませんか

開催日時：11月17日（日）  
午後1時30分～午後3時30分

講師：吹田ポッチャの会さん

定員：15人 先着順

費用：無料

持ち物：飲み物、汗拭きタオル

申し込み：11月3日（日）～11月14日（木）



## 介護講座

ひと・共生部会

### ■認知症予防のために

認知症についてのお話と、脳体力測定

開催日時：12月4日（水）  
午後2時～午後3時30分

講師：高齢福祉室 介護予防担当保健師さん

定員：20人 先着順

費用：無料

申し込み：11月20日（水）～

## 健康セミナー

高齢者福祉部会

### ■認知症を知って、予防しよう

開催日時：11月21日（木）  
午後2時～午後3時30分

講師：吹田市立吹田市民病院の先生方

定員：30人 先着順

費用：無料

申し込み：11月7日（木）～

## 演題

- (1) 認知症の診断と治療
- (2) 血管老化を防いで認知症を予防しよう
- (3) 転ばぬ先の杖  
認知症の予防と認知症の人の見えてる世界



# もこもこくらぶ

11月7日(木)朗読



午前10時～正午  
対象：60歳以上  
定員：先着30人  
費用：無料

申し込み不要・当日参加

# ほわほわくらぶ

11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10組  
費用：無料

申し込み不要・当日参加

# 将棋入門

11月16日(土)



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 11月29日(金)

★全6回コースの2回目です。おさらいあります。  
手話は日常生活で役立つ場面はたくさんあります。  
手話を学び利用することで、耳の不自由な方との  
コミュニケーションに活かすことができます。



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：11月15日(金)～  
窓口・電話にて受付

開催日

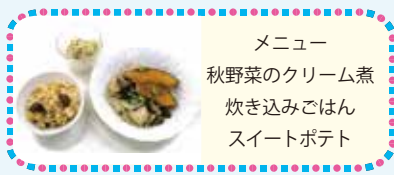
11月29日(金)  
12月20日(金)  
1月24日(金)  
2月14日(金)  
3月28日(金)

## 部会活動報告

秋のほっこり料理教室

9月11日(水)

高齢者福祉部会



講師  
くぼた まゆみ  
久保田 真由美さん

秋にふさわしい材料を盛りだくさん使って作りました。とても美味しく、楽しいひと時を過ごしました。(山下)

悪質商法について

9月20日(金)

暮らし・情報部会



講師：消費のサポーター  
まえだ よしみさん



講師：消費生活専門相談員  
おおもと しずこ  
大本 史子さん

消費生活センターの方を講師に招き、高齢者向け悪質商法に対する手口の紹介と対策、見守り者側の対応策についての説明をもらいました。高齢者にとって意義のあるお話でした。(河角)

出前講座 <神崎川の民俗文化>

9月25日(水)

ひと・共生部会



講師：吹田市立博物館  
ふじい ひろゆき  
学芸員 藤井 裕之さん

神崎川の歴史や水運、漁業などの役割や水害、信仰等興味深いお話で参加者も地元の話が多く楽しい講座でした。(岸田)

予告

# 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：11月15日(金) 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：11月3日(日)～

電話または窓口にて受け付けます  
スマートフォン (iPhone) を1人1台貸します



- 講座内容
- ①LINE 体験操作
  - ②スマホを使ってキャッシュレス決済
  - ③もっと便利な使い方



報告

コミセン連続講座

## 陶芸教室

令和5年10月～令和6年9月  
(12か月間)



講師：味舌工房代表  
ました ひでき  
味舌 秀樹さん

ご参加ありがとうございました。

はじめに作った見本を、お見せすると「粘土の塊からこんな形が作れるなんて」と驚きの声。作り始めると、みなさん真剣で、にこやかに作陶され、充実した教室でした。この一年間みなさんの作品は、割れることなく素晴らしいに焼き上がりました。最後まで楽しんでいただけ、私共も大変うれしく思いました。(味舌)



## 百歳体操

年に一度の体力測定を今年度も実施し、握力や血圧などを測定しました。健康長寿をめざして、これからも運動に取り組みます。



9月6日(金)

## 消防訓練

コミセン・コムスぺでは年に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。



9月17日(火) コミュニティセンター  
9月27日(金) コミュニティスペース



\*休館日のお知らせ\* コミセン：11月19日(火)・12月17日(火)・12月29日～1月3日  
コムスぺ：11月4日・5日・7日・14日・21日・24日・28日(毎週木曜日と祝日の翌日)

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」292号 令和6年11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

