



# 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

2024

## おいたオータムフェスタ

10月

19(土)

20(日)

### Suita Jazz Gospel Live

19(土) 20(日)

吹田ジャズゴスペルライブでは、10組の出演者による素敵な歌声と演奏を楽しみました。19日は久米小百合（久保田早紀）さんのピアノと工藤美穂さんのヴァイオリンとのコラボで大変盛り上がり、大ヒット曲「異邦人」でラストを飾りました。



### コミセンオーブンカフェ

20(日)

オープンカフェは、フランクフルト・ポップコーン販売は家族づれのお客様で賑いました。オータムフェスタ初登場のバルーンアートは、小さなお子さまたちのお土産として大人気でした。



バルーンアート

オープンカフェ



2024

12/13  
(金)

### スマホステップ講座

## 「スマホで始める災害の備え」

防災に役立つアプリの紹介と体験講座



時 間：午後1時30分～午後3時  
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3日(火)～  
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

- ①防災にスマホを役立てる
- ②防災 / 災害時の便利な使い方
- ③もっと便利な使い方

# 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

生演奏を聴きながらお茶を楽しみましょう

開催日時：12月8日(日)

午後2時～午後3時30分



講師：村上 典子さん  
むらかみ のりこ

定員：12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

## JR吹田駅周辺まちづくり協議会・コミセン連携講座

# 健康寿命を延ばすセミナー 1月11日±

たんぱく質や水分、栄養バランスの大切さ、健康の秘けつ  
「運動2割、栄養8割」。について学びます。  
簡単な運動紹介もします。

時間：午後2時～午後3時30分

協力：NPO法人 JR吹田駅周辺まちづくり協議会

定員：40人 **先着順**

費用：無料

申し込み：12月16日(月)～  
窓口・電話にて受付



# もこもこくらぶ

12月12日(木)

エコ絵手紙

午前10時～正午

対象：60歳以上

定員：30人 **先着順**

費用：50円(材料費)



申し込み不要・当日参加

# ほわほわくらぶ

12月9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：10組 **先着順**

費用：無料

申し込み不要・当日参加

# 将棋入門

12月21日(土)



**初心者歓迎**

午前10時～正午

対象：小学生と女性

定員：20人 **先着順**

費用：無料

申し込み不要・当日参加

# 美ママくらぶ

★産後ママのボディケア★

12月23日(月)

午前10時30分～午前11時45分

講師：山口 敦子さん  
やまぐち あつこ

対象：1か月～12か月くらいまでの赤ちゃんとママ

定員：親子10組

費用：無料

申し込み：12月6日(金)～12月13日(金)

窓口・電話・メールにて受付

お子さまのお名前・月齢を  
記入して下さい。



# ハッピーハロウィン

報告

10月26日(土)



協力：大和大学 SDG研究推進室  
株式会社ヴェリダス  
子どもユニット「そらまめ」



ハロウィンキャラクターのお面やマントを楽しく作成しました。  
「覚えて帰って孫と一緒に作って楽しめます」と参加者の声。

**報告** コミスペカフェ企画 10月26日(土)  
「ハロウィンカフェ」



近所の方たちが、たくさん参加されハロウィンのハットやグッズを身につけて楽しめました。「全員集合」の合図で、参加者とともに記念写真を撮りました。

**案内**  
「クリスマスカフェ」  
12月21日(土)  
午前11時～午後3時



(写真は昨年度のもので)



吹田市幸町 20-2  
☎06-6382-3401

**部会活動報告**

歌体操・懐メロにのって!

9月28日(土)

福祉ボランティア部会



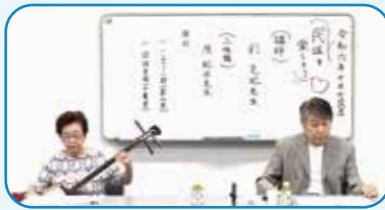
講師：歌体操介護予防市民塾  
かしはら りつこ  
相原 律子さんほか2名

準備体操、童謡唱歌合唱に3種類の深呼吸そして基本体操では全身軽快になりました。座位での手遊びは皆さん盛り上がり立位は5曲の歌にのって体操を満喫できました。(北嶋)

民謡を楽しもう

10月7日(月)

文化活動部会



講師  
あや かつのり  
彩 克紀さん

先生の大きいお声につられて一生懸命声を出し、おはやしにのって皆さんと揃って声を出すのは楽しかった事と思います。白浜音頭は少し難しかったですが、こきりこ節は時折テレビで耳にするので目に浮かべながら歌いました。(堀垣)

**報告**

2024年

10/5(土)

**第5回 地域密着健康講座**  
ちょっと聞きたい!!身近な病気の話

済生会吹田病院  
吹一地区公民館  
吹三地区公民館  
吹六地区公民館  
吹田東地区公民館  
内本町コミュニティセンター  
合同企画

皮膚・皮下のできものの良性と悪性の見分け方、前立腺の病気、肥大症と癌の処置について、白内障の眼内レンズによる手術方法についてなど有意義なお話をお聞きすることができました。



済生会吹田病院  
院長  
しま としひで  
島 俊英さん



済生会吹田病院 医師  
形成外科 科長  
おおえ めぐみ  
大江 恵さん



済生会吹田病院 医師  
泌尿器科科長・診療部統括部長  
なかむら てるかず  
中村 晃和さん



済生会吹田病院 医師  
眼科 科長  
やまざき しげひさ  
山崎 滋久さん



関係者のみなさん



聴講者のみなさん




司会者 吹六地区公民館  
河井 館長



2025年

# 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

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2/23 (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
⑳	㉑	㉒	26	27	28	

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	㉒	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

4月 懐かしの歌声喫茶4/19 (土) ファミリーコンサート4/20 (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	㉒	30			

5月  総会・懇親会5/24 (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6/29 (日) 6/28 (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					

7月 カラオケの集い7/13 (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	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	㉒	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
㉒	㉑	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			

\* 下半期の行事予定は3月号に記載します

○ 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17日(火)・12月29日～1月3日・1月21日(火)  
 コミスペ：12月5日・12日・19日・26日・29日～1月3日(毎週木曜日と祝日の翌日)