



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

2025
10月

皆さまのお越しをお待ちしています

申し込み不要

入場
無料

すいたオータムフェスタ

Suita Jazz Gospel Live

18(土) 正午～午後6時 19(日) 正午～午後7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。



18(土) 午後5時～午後6時

ゲスト：AikoFriends
「音を楽しむ！それが音楽！」をモットーに、芸術鑑賞会、保育園・幼稚園公演、地域イベントなど幅広く音楽を届けています。

渡邊愛子 (Drummer/Percussion)

14歳からドラムを始め18歳で甲陽音楽学院に入学。ジャンルを問わず、リズムで空間を一体化させるドラマーとして活動を広げてきた。大阪音楽大学・短期大学部ポピュラーインストゥルメントコース(ドラム)、同大学音楽院で講師を務め、次世代の育成にも力を注ぐ。



maco(from LIKALIFE)

アコースティックユニット"ライカライフ"で活動するシンガーソングライター。日々隠れがちな小さな愛や感謝を題材に、心が安まるライフソングを届けている。代表曲であるリトルヒーロー、ALRIGHT BABYなど、パパママ世代へのメッセージソングが多いのも特徴。



本澤恵子 "KP"

大阪出身。中学生の部活動で弦楽器のマンドリンに会い、高校生でエレキベースを始める。大阪芸術大学音楽学科(現在は演奏学科)ベース専攻に入学し在学中からバンド～企業案件等の様々な演奏に参加。大学を卒業後もベーシストとして、バンド、テーマパークショー、アーティストサポート、レコーディング、コンテスト入賞等、主に歌がある音楽を強みに活動。

コミセンオープンカフェ

19(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をします。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



喫茶すくくコーナー

場所：玄関ロビー

MENU!		
珈琲	200円	
紅茶	200円	(お菓子付)
ゆず茶	200円	(お菓子付)
ジュース	200円	(お菓子付)
お気軽にご利用ください!		

部 会 活 動 予 定

JR 吹田駅周辺の大木をめぐる

文化活動部会

■ ～大木・街めぐりてくてく散歩～

開催日時：10月20日（月）小雨決行
 集合場所：午前10時 コミセン玄関前集合
 帰着予定：午後12時頃
 定 員：15人 **先着順**
 費 用：無 料
 持 ち 物：飲み物、雨具、歩きやすい服装で
 申し込み：不要・当日参加



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、ポイントを競います

開催日時：11月13日（木）
 午前10時30分～正午

講 師：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30日（木）～



くらしのミニミニ講座とプチ相談&喫茶すっく

活動委員会

■ 相続事例紹介③

開催日時：10月25日（土）
 午後2時～午後4時

講 師：行政書士
 田中 誠 さん

定 員：25人 **先着順**

費 用：無 料（別途飲み物代 100円）

申し込み：10月11日（土）～



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14日（金）
 午後2時～午後3時30分

講 師：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24日（金）～11月7日（金）

結果発表：11月10日（月）午前9時30分～



健康セミナー

高齢者福祉部会

■ じっとしていると寿命が縮む!?「動くことのチカラ」

開催日時：11月5日（水）
 午前10時～午前11時

講 師：市立吹田市民病院 リハビリテーション科
 理学療法士 入江 晃史郎 さん

持 ち 物：タオル、飲み物、動きやすい服装で

定 員：30人 **先着順**

費 用：無 料

申し込み：10月22日（水）～

人と防災未来センター（神戸市）見学会

暮らし・情報部会

■ 阪神・淡路大震災で起こったことを学びます

開催日時：11月18日（火）雨天決行
 集合場所：午前8時45分 コミセン玄関前集合
 帰着予定：午後3時頃

定 員：15人 **先着順**

費 用：交通費実費1320円・入館料無料

持 ち 物：飲み物、雨具

申し込み：10月28日（火）～

申し込み、結果発表は、窓口または電話にて受付ます



コミスぺカフェ企画 ハロウィンカフェ



10月11日（土）
午前11時～午後3時



ハンドベル
パルーンで
あそぼう！
コスプレを
たのしもう！



メニュー
コーヒー・紅茶・ジュース・ゆず茶
（飲み物にはクッキー付）

各200円

ケーキ 150円～250円



吹田市幸町20-2
☎06-6382-3401

予告

「スマホステップアップ講座（Youtube・Google レンズ編）」

日 時：11月14日（金）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 込 込 み：10月22日（水）～ 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動画を楽しもう
- ②カメラで調べてみよう
- ③もっと便利な使い方



将棋入門

10月11日(土)

女性歓迎!!



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

ほわほわくらぶ

10月13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 先着順

費用：無料

申し込み不要・当日参加

もこもこくらぶ

10月16日(木)

折り紙



午前10時～正午

対象：60歳以上

定員：20人 先着順

費用：500円位(材料費)

申し込み：10月3日(金)～

窓口・電話にて

美ママくらぶ

10月27日(月)

★産後ママのボディケア



午前10時30分

～午前11時45分

講師：山口 敦子 さん

対象：1か月～1年3か月くらいまでの赤ちゃん和妈妈

定員：10組 先着順

費用：無料

申し込み：10月1日(水)～

窓口・電話・メールにて

ハッピーハロウィン

～廃材を使ってフランケンやカボチャの仮面を作ろう～

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

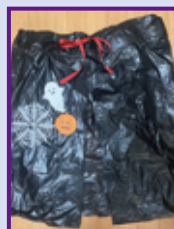
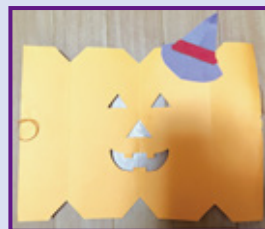
申し込み：10月12日(日)～

窓口・電話にて受付

10月26日(日)



お面



マント

部会活動報告

ウエルネスダーツ



9月3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

理事長 上田 豊さん

はじめてダーツをされる方もいて、講師から投げ方、ルールを学びました。次に3人一組で対抗戦をしました。得点計算に悩みながらも楽しくダーツをしました。また次回も楽しみにしています。(山上)

残暑を乗り切る元気ごはん



9月10日(水)

高齢者福祉部会

メニュー



*沖縄県発祥タコライス
*豆腐のとろっとスープ
*カスタードクリーム
*クラッカー添え



講師：くらしごはん 主幹

くばた まゆみ
久保田 真由美 さん

今日は残暑を乗り切る元気ごはん。スタミナがわく、タコライスにレタス、トマトをトッピングして、美味しかったです。

いつも楽しく作り皆さん完食です。

(山岸)

2025年 コミセン夏休み子供特別企画

7/26
(土)

夏休み手作り工作 ～おもちゃを作って遊ぼう～

廃材や身近な材料を使った「おもちゃ」作りを楽しみました。小さなお子様も手伝ってもらいながら完成させました。

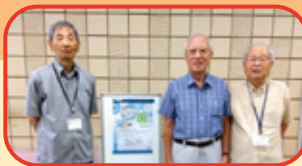


協力：『心ふれあい SA 吹田』
おもちゃ部会の皆さん

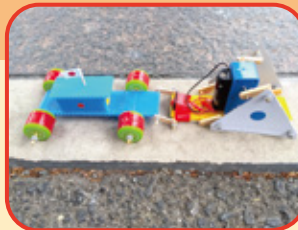
8/9
(土)

ロボットを作ろう！～『月面探査車』を作るよ～

人気が高いロボット教室は、多数の応募がありました。電池とモーターを使って動く月面探査車を、みなさん大事に持ち帰りました。



協力：『心ふれあい SA 吹田』
おもちゃ部会の皆さん

8/23
(土)

子ども縁日

～楽しいゲームが待ってるよ～

魚釣り(SDGs)・プラバン・スーパーボールすくい、ボーリング、4種類のゲームを用意しました。プラ板は、皆さん上手に描いていました。



協力：『そらまめ』
大和大学の皆さん

8/24
(日)

親子で料理教室

～若鶏肉のポワレ リオン風～

身近な食材を使って、家でもできるメニューが人気のフレンチ料理教室です。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
サンソース シェフ
やまざき きよひで
山崎 清秀 さん

メニュー
*若鶏のピネガー
煮込み
*オレンジのプランマンジェ

8/31
(日)

プラネタリウム

～親子で楽しむ星空の旅～

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21日(火)・11月18日(火)

コミスペ：10月2日・9日・14日・16日・23日・30日〈毎月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」303号 令和7年10月1日(水)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 2-2-12

☎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

