



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

予告
2025
12/14
(日)



コミセン



お楽しみ
下さい!

クリスマスコンサート

3回目になるコミセン クリスマスコンサートは、毎年たくさんの応募がある人気のイベントです。「アイランドウインドオーケストラ」と「Powrus Harmony」による素晴らしい演奏とコーラスで楽しい1日をお過ごしください。



アイランドウインドオーケストラ (吹奏楽)



吹奏楽とゴスペルのコラボ



Powrus Harmony (ゴスペル)

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
参 加 費：500 円 (飲物と洋菓子付)
申 込 込 み：11 月 14 日 (金) ～
11 月 30 日 (日)
電話又は窓口にて受付

Merry
Christmas



参加費用に飲み物と洋菓子が付きます。
ホール内で鑑賞しながら飲食できます。



部 会 活 動 予 定

ボッチャ

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

開催日時：11月8日（土）

午後1時30分～午後3時

講 師：吹田ボッチャの会

定 員：15人 **先着順**

費 用：無 料

持 ち 物：汗拭きタオル、飲み物

申し込み：11月1日（土）～



体にやさしい料理教室

福祉ボランティア部会

■ 旬をいただく

開催日時：11月29日（土）

午前10時～午後1時30分

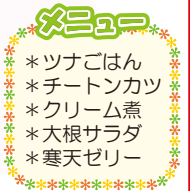
講 師：米養士 ^{ささき} 佐々木 ^{ふみこ} 文子 さん

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15日（土）～



万葉のころ

文化活動部会

■ 禁断の恋 ^{なかとみのやかもち} 引き裂かれた中臣宅守と ^{さののちがみのおとめ} 狭野茅上娘子

開催日時：11月15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：20人 **先着順**

費 用：100円（資料代）

申し込み：11月4日（火）～



花めぐり（京都御苑）

ひと・共生部会

■ 京都御苑の紅葉 <京都御所には入りません>

開催日時：11月29日（土）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 **先着順**

費 用：交通費実費1680円・入園料無料

持 ち 物：弁当、飲み物、雨具等

申し込み：11月15日（土）～



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

■ 「任意後見」ってどうなん？

開催日時：11月22日（土）

午後2時～午後4時

講 師：行政書士

^{たなか まこと} 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：11月8日（土）～



介護講座

ひと・共生部会

■ 加齢による筋力低下防止について

開催日時：12月3日（水）

午後2時～午後3時30分

講 師：理学療法士

^{うら みつひろ} 浦 光洋 さん

定 員：20人 **先着順**

費 用：無 料

申し込み：11月19日（水）～



申し込みは、窓口または電話にて受付ます

予告

「スマホステップアップ講座（セキュリティと健康管理編）」

スマホデビューからもう一歩進みたい方への講座です

日 時：12月19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 し 込 み：11月26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 スマホを安全に使う
- ② 健康管理をしよう
- ③ もっと便利な使い方

初心者歓迎

バルーンアート会 会 員 募 集

花や動物、剣、みゃくみゃくなど
いろんなものにチャレンジしてみませんか

お問い合わせは
事務所窓口まで



もこもこくらぶ

11月6日(木)
朗読



午前10時～正午
対象：60歳以上
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

11月10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

将棋入門

11月15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

美ママくらぶ

11月17日(月)

★マタニティピラティス



午前10時30分
～午前11時45分
講師：山口 敦子 さん
対象：妊娠6ヶ月経過で安定期に入っているママ
定員：10組 先着順
費用：無料
申し込み：11月1日(土)～
窓口・電話・メールにて

部会活動報告

出前講座(大阪・関西万博は何を残せるか) 9月24日(水)

ひと・共生部会



講師：吹田市立博物館
特別館長
なかまき ひろふみ
中牧 弘允さん

万博の歴史・意義・70年万博との比較、各パビリオンの様子やテーマなどを多角的な視点で解説していただきました。
参加者からは興味深い話に質問もたくさん出て楽しい講座になりました。(岸田)

歌体操・懐メロにのって!!

9月27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
柏原 律子さん 他3名

準備体操として深呼吸、指体操
続いて基本体操に入り、手指・
上肢・全身・下肢を動かし全身
ほぐれたところで座位で手遊びし
ながら歌いました。すっかりリズム
に乗って軽快にワンツー!全身
軽くなりました!! (北嶋)

大人が楽しむ絵本のひととき

10月7日(火)

文化活動部会



講師
文化活動部会の方々

7つの絵本を読みました。皆様、
熱心に耳を傾けてくださり、
個人参加のFM千里カタリスト
の町田京さんも感激してくれ
て、うれしいことでした。

将棋入門

こども＆女性が対象！

協議会主催教室の「将棋入門」は、日本のすぐれた伝統文化の一つである将棋に親しむ場として、また講座と対局を通じて将棋を楽しみ、学ぶ仲間と共に成長することを目的としています。是非、気軽に参加してみてください。

開催日：毎月第3土曜日
(4月・10月は第2土曜日)

講師：吹田市将棋連盟 事務局長
おかもと しげる
岡本 茂さん

アシスタント：吹田市将棋連盟 事務局員
おおにし みちよ
大西 美知代さん



報告

2025年

9月13日(土)

第8回 地域密着健康講座

The Radiology

画像診断

病気を見つけて治すまで

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



済生会吹田病院
しま としひで
院長：島 俊英さん



あおき
座長：青木さん



やまがみ
司会：山上さん



会場の皆さん

毎回好評を頂いている地域密着健康講座です。100人以上のご参加を頂きました。今回は中央放射線科の先生4人から日頃、疑問に思っていた画像診断についてのお話を聴く事ができ、有意義な時間を過ごすことができました。

済生会吹田病院

1 見える！わかる！体の中の秘密
レントゲンとMRIのしくみ



まつうら けんいち
放射線技師 松浦 健一さん

3 未来の健康のために
マンモグラフィとRI検査でわかること



つかもと りな
放射線技師 塚本 梨菜さん

中央放射線科

2 CTと血管の検査は何を見ているの？
体の中をのぞいてみよう



おかやま だい
放射線技師 岡山 大さん

4 体にやさしいがん治療の選択肢
放射線治療と被ばくの正しい知識



たなか なおし
放射線技師 田中 直さん

休館日のお知らせ コミセン：11月18日(火)・12月16日(火)・29日(月)・30日(火)・31日(水)
コミスペ：11月4日・6日・13日・20日・24日・25日・27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」304号 令和7年11月1日(土)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

