



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

さ・コミセン



予告
2/22
(日)

第26回

音楽フェスティバル

皆さまの、ご来場をお待ちしております

入場無料

開場時間：午後 12 時 30 分～

開演時間：午後 1 時～午後 5 時

8 団体が日頃の練習の成果を発揮されます。昨年は 150 名を超えるお客様で会場が賑わいました。コーヒーとパンの販売もあります。



申し込み不要で
鑑賞いただけます

喫茶すく OPEN
グーチョキパン屋さん出店



アイランドウインドオーケストラ



東淀川はげましバンド(アグリの会)



アンサンブル“優輝”



吹田ギター・アンサンブル



吹田市吹奏楽団



吹田市民合唱団



ハーモニーこころ



プロムナードウインドオーケストラ

予告

第9回 地域密着健康講座

ちょっと聞きたい！ 身近な病気の話 Part2

入場無料



生活習慣病

脂肪肝



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

2026年

3月14日(土)

開場：午後 1 時

開演：午後 1 時 30 分～午後 4 時

場所：内本町コミュニティセンター 多目的ホール

定員：80 人 先着申し込み順

申し込み：2月9日(月)～2月28日(土)
各施設設置の応募用紙に必要事項をご記入のうえ
窓口へご提出ください

問い合わせ：済生会吹田病院 総務課

☎06-6382-1521 FAX06-6382-2498



①実演 腹部エコー検査

(輸血管理室) 係長 山根 真理 臨床検査技師

②輸血検査結果の見方

(臨床検査科) 荒木 創仁 臨床検査技師

③脂肪肝

(消化器内科) 院長 島 俊英

④食事

(栄養科) 島浦 志帆 管理栄養士

⑤運動

(リハビリテーション科) 係長 山本正行 理学療法士



部会活動予定

コミサロちょっといこか

福祉ボランティア部会

■ウクレレ演奏&レク体操

開催日時：2月21日（土）

午後1時30分～午後3時30分

講 師：ボランティアグループ「花から」代表
のぐち みほこ
野口 美保子 さん

定 員：30人 **先着順**

費 用：無 料（飲み物 各100円）

持 ち 物：飲み物、汗拭きタオル

申し込み：不要・当日参加



花めぐり（兵庫県／宝塚市）

ひと・共生部会

■中山寺の梅

開催日時：3月7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 660円（拝観料無料）

持 ち 物：弁当、飲み物、雨具等

申し込み：2月21日（土）～



窓口・電話にて

くらしのミニミニ講座とプチ相談&喫茶すく

活動委員会

■「相続放棄」ってなんなん？

開催日時：2月28日（土）

午後2時～午後4時

講 師：行政書士
たなか まさこ
田中 誠 さん

定 員：25人 **先着順**

費 用：無 料

申し込み：2月14日（土）～

窓口・電話にて



カラオケを楽しもう

文化活動部会

■初心者の方を優先にカラオケを楽しめます

開催日時：3月10日（火）

午後2時～午後3時30分

講 師：長木 芳子 さん

定 員：15人 **先着順**

費 用：無 料

申し込み：2月24日（火）～



窓口・電話にて

吹田街歩き（5.8kmコース）

暮らし・情報部会

■新しいまち「健都」と吉志部郷を訪ねて公園を巡る

開催日時：3月2日（月）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12時30分頃

定 員：15人 **先着順**

費 用：交通費実費 150円

持 ち 物：飲み物、雨具等

申し込み：2月16日（月）～

窓口・電話にて



季節を感じる春のごはん

高齢者福祉部会

■ハヤシライス 春野菜のサラダ 抹茶のわらび餅

開催日時：3月12日（木）

午前10時～午後2時

講 師：くらしごハン 主宰 久保田 真由美 さん

定 員：16人 **先着順**

費 用：1000円

持 ち 物：エプロン、三角巾、飲み物、タオル

申し込み：2月19日（木）～3月5日（木）

窓口・電話にて

モルック

健康づくり・スポーツ部会

■モルック棒を投げて50点ピッタリ目指すスポーツ

開催日時：3月5日（木）

午後1時30分～午後3時



講 師：永松 玲 さん

定 員：20人 **先着順**

費 用：無 料

持 ち 物：飲み物、タオル、動きやすい服装で

申し込み：2月19日（木）～ 窓口・電話にて

予告

2/15
(日)

吊るし雛を作ろう

大和大学

そらまめ連携企画

午後1時30分～

午後3時30分

定 員：30人 **先着順**

費 用：無 料

申し込み：2月2日（月）～

窓口・電話にて



ほわほわくらぶ

2月9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

美ママくらぶ

2月16日(月)

★産後ママのボディケア



午前 10 時 30 分
～午前 11 時 45 分
対 象：1か月～1年3か月くらい
までの赤ちゃんとママ
定 員：10 組 **先着順**
費 用：無 料
申し込み：2月1日(日)～
窓口・電話・メールにて

もこもこくらぶ

2月19日(木)

音楽で脳トレ



午前 10 時～正午
定 員：30 人 **先着順**
費 用：無 料
申し込み：不要・当日参加

将棋入門

2月21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

部会活動報告

アフタヌーンティー



12月7日(日)



演奏(左から)
声 楽：十倉道子さん
ピアノ：村上典子さん
ヴィオラ：前田智子さん

障がい者支援部会

毎年12月にコーヒーと音楽で楽しんでいます。村上ファミリーの楽器演奏と、声楽を楽しみました。ヴィオラの低い音の説明もしてもらい、演奏に合わせ、からだでリズムを取りながら盛り上りました。来年も来てね～!!
(村住)

12/20 (土) 報告

コミスペカフェ企画 クリスマスカフェ

参加者のみなさんと
ハンドベル・バルーン
アートを楽しみました。

12/19 (金) 報告

スマホステップアップ講座 『セキュリティと健康管理編』

スマホに表示されるマークの意味や
セキュリティ対策について学びました。
又、フレイル予防の為の「オンライン
通いの場」アプリの紹介をしてもらつ
たり音声アシスタントの活用例を実際
に試してとても役に立ちました。



講師：スマホアドバイザーのみなさん



報告
12/14
(日)

コミセン

クリスマスコンサート

ありがとうございました



会長の挨拶

コミセン クリスマスコンサートは、今年で3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楽しみました。お客様から
「感動した」と言った感想を寄せていただきました。



Powrus Harmony (ゴスペル)



アイランドウインドオーケストラ (吹奏楽)



スペシャルコラボ演奏



会場のみなさん



喫茶すくのみなさん



多くの皆様にご来場いただき、満員御礼
で開催することができました。会場全体
が音楽に包まれ、出演者・来場者ともに
心温まる充実した時間となりました。

チラシラック使用 希望の団体・サークルの方へ

申し込み：2月10日（火）～3月10日（火）

コミュニティセンター1階ロビーのチラシラック（18区画・A4サイズ）の使用を希望される
方は、所定の用紙に記入の上、窓口までお申
し込みください

★区画位置は抽選で決定します（締め切り後は受付できません）



※使用期間…令和8年4月1日～令和9年3月30日

※当センターを定期的に利用されている団体に限ります

※1団体につき1区画となります

※申し込み多数の場合は抽選となります

（抽選結果は3月20日（金）以降窓口に掲示します）

休館日のお知らせ コミセン：2月17日（火）・24日（火）

コミスペ：2月5日・12日・13日・19日・24日・26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」307号 令和8年2月1日（日）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

