



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

2026年
4/18
(土)

第48回 コミセン懐かしの歌声喫茶

参加費
300円
飲み物付き



喫茶すっく



- *コーヒー、紅茶をご用意しています
- *歌集は用意します

開 場：午後1時
開 演：午後1時30分～
午後3時30分
定 員：80人 多数抽選
場 所：内本町コミュニティセンター

*点字歌集は5冊用意しています*食べ物の持込は禁止です

みなさまの
ご応募、お待ち
しております

申し込みは往復ハガキで 4月4日(土) 消印有効

往復ハガキの書き方

水色の切手の面	往信面	緑色の切手の面	返信面
<p>85 564 0032 往信 「吹田市立内本町 コミュニティセンター」行</p>	<p>何も記入しないでおく</p>	<p>85 返信 〒 ご本人様の住所 お名前</p>	<p>① 歌声喫茶 ② ご住所 ③ お名前(ふりがな) ④ お電話番号</p>

- 往復ハガキに①～④をご記入の上 当センターまで郵送願います。
- ① 歌声喫茶
- ② 住所
- ③ 名前(ふりがな)
- ④ 電話番号
- 1人1枚で応募は1回のみです
- 申し込み多数の場合抽選となります
- 電話・FAX・窓口での受付は致しません

部会活動予定

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

■「死後事務」ってどんなん?

開催日時：3月28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

申し込み：3月14日(土)～
窓口・電話にて



力力才豆焙煎

障がい者支援部会

■大人のチョコレート作り

開催日時：4月17日(金)
午後2時～午後3時30分

講師：清水 美詠さん

定員：8人 多数抽選

費用：1,000円(材料費)

持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル、手袋

申し込み：3月27日(金)～4月8日(水)
窓口・電話にて

結果発表：4月10日(金)

抽選結果は、当館に問い合わせください

予告
3/29
(日)

親子で料理教室



～身近な材料を使ったフレンチ料理～

講師：山崎 清秀さん
（レストラン サンスーシ シェフ）

申し込み：3月8日(日)～3月21日(土)
メールにて受付

時間：午前10時～午後1時

utihon3395@jcom.zaq.ne.jp

対象：小学生 定員8組 多数抽選

費用：2000円(1組)

持ち物：エプロン・三角巾・タオル・マスク

①親子で料理教室 ②参加される方の名前・年齢
③電話番号 ④住所 ⑤アレルギーの有無(詳しく)
結果は3月22日(日)メールでお知らせします。



予告
3/29
(日)

映画上映会

開催時間：午前10時30分～正午

定員：200名 先着順

費用：無料

申し込み：3月8日(日)～窓口・電話・メールにて

主催：NPO法人 JR吹田駅周辺まちづくり協議会

マイクロプラスチック・ストーリー

ニューヨークの小学生がプラスチック汚染問題を学び、
対策に取り組んでいくドキュメンタリー映画。
世界45の映画祭に招待され、8つの賞を受賞しました。

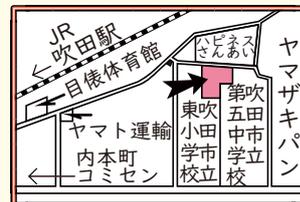


予告
3/29
(日)

コミスペカフェ企画 さくらカフェ 午前11時～午後3時



ハンドベルの演奏やバ
ルーンアートを楽しみ
ましょう♪



吹田市幸町20-2
☎06-6382-3401

2026年度
新企画

やさしいピラティス



詳細は4月号にて

開催日程：全5回 毎月第4火曜日

8月休み 初回は4月28日(火)

開催時間：午前10時～午前11時

講師：西森 由佳さん

定員：30人 先着順

参加費：1500円(初回一括払い)

申し込み：4月8日(水)～4月20日(月)

窓口・電話にて

持ち物：厚手で大きめのタオル、飲み物

服装(ジーンズ、スカートは不可)



ほわほわくらぶ

3月9日(月)



午前 10 時 30 分

～午前 11 時 30 分

対象：3 歳以下と保護者

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

3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

美ママくらぶ

3月23日(月)

★マタニティピラティス

午前 10 時 30 分

～午前 11 時 45 分

対象：医師から運動許可の
出ているママ

定員：10 組 **先着順**

費用：無 料

申し込み：3月4日(水)～
窓口・電話・メールにて

部 会 活 動 報 告

笑いヨガ

1月19日(月)

健康づくり・スポーツ部会



講師：大阪ラフタークラブ
あおき まきこ さん

講師の上手な誘導笑いでみなさん楽しくなりました。バナナ食べ笑い、静電気笑い、雪合戦笑いなどで大声で腹から笑いができました。最後の握手笑いではみなさんの手が熱くなっていました。終わりに気持ちをしずめるシンキングベルでありがとう。(山上)

健やか体操

1月29日(木)

福祉ボランティア部会



講師：吹田市高齢福祉室
介護予防訓練職員 さん

ゆっくり筋肉を動かし体をあたため、有酸素運動を取り入れた全身体操ですっきりしました!!次回も楽しみです。(北嶋)

出前講座(戦後日本と博覧会の歴史)

2月4日(水)

ひと・共生部会



講師：吹田市立博物館
ふじた ゆうすけ さん
学芸員 藤田 裕介 さん

多くの博覧会を目的・経緯・特徴などを分かりやすく話していただき、当時の時代背景や社会状況が良く分かった。70年大阪万博の建設時の写真などで当時の様子を思い出しました。特に愛知万博から市民参加型の企画となり、開発型から環境保護への流れに変わり成功したことが興味を引きました。(岸田)

報告

1/14・22

スマホの使い方教室



インターネットやQRコードの検索、地図アプリ、グーグルレンズの使い方など受講者の知りたい事を、楽しく学びました。「こんなことできるんや」と嬉しそうな声がありました。



講師：一般社団法人 KOBE ネット企画
近藤さん 大槻さん



都合により日程及び内容を変更する場合がございます。予めご了承ください。
詳細日時・申し込み等は、市報すいた、ざ・コミセン等に掲載しますのでご覧ください。

暮らし・情報部会	<ul style="list-style-type: none"> *生前整理 5月 *雪印チーズ 6月 *足と靴の歩き方から健康を考える 10月 *悪質商法 12月 *吹田街歩き 3月 	ひと・共生部会	<ul style="list-style-type: none"> *出前講座(吹田市立博物館) 6月 *介護講座 9月 *花めぐり(秋の花めぐり) 10月 *出前講座(吹田市立博物館) 11月 *出前講座(吹田市立博物館) 2月 *花めぐり(冬の花めぐり) 3月
高齢者福祉部会	<ul style="list-style-type: none"> *クラフト 6月 *高齢者の体操 9月 *高齢者のための料理教室 9月 *健康セミナー 11月 *高齢者のための料理教室 3月 	文化活動部会	<ul style="list-style-type: none"> *万葉のころ 4月 *盆踊り講習会 7月 *一日朗読教室 10月 *道標をめぐる(吹田の渡し～亀岡街道) 10月 *万葉のころ 11月 *カラオケを楽しもう 3月
福祉ボランティア部会	<ul style="list-style-type: none"> *体にやさし料理教室 5月 *健康講座・いつまでも自分の足で歩くために! 7月 *歌体操・懐メロにのって!! 9月 *コミサロちょっといこか「折り紙サロン」 11月 *健やか体操 1月 *コミサロちょっといこか「ウクレレサロン」 2月 	障がい者支援部会	<ul style="list-style-type: none"> *カカオ豆焙煎 4月 *コーヒー講座 5月 *近隣の障がい福祉事業所訪問 5月 *交流ひろば 6月 *出前講座(防災) 7月 *ボッチャ 7月 *交流ひろば 10月 *コーヒー講座 11月 *ボッチャ 11月 *アフタヌーンティー 12月 *交流ひろば 1月 *ハートふれあいまつり(応援ボランティア) 3月
健康づくり・スポーツ部会	<ul style="list-style-type: none"> *布引ハーブ園ウォーキング 5月 *ウエルネスダーツ 7月 *カーリンコン 9月 *ウエルネスダーツ 11月 *笑いヨガ 1月 *モルック 3月 		

**2026年度
新企画**

ウクレレを楽しもう

初心者歓迎
皆さん弾けるようになりますよ♪

ウクレレ教室を始めます。「楽譜が読めない」「楽器は触ったことがない」方も、基礎からゆっくり丁寧に無理なく進めます。音楽のある時間をウクレレで楽しみませんか。

開催日程：**全12回** 第2・第4水曜日 参加費：3600円(初回一括払い)
初回は4月8日(水) 申し込み：3月4日(水)～3月20日(金)

開催時間：午前10時～午前11時30分 窓口・電話・メールにて

講師：むかいなか つよし 向仲 剛志さん 持ち物：ウクレレ持参
定員：20人 **先着順** (参考)アマゾン初心者用3000円～5000円



休館日のお知らせ コミセン：3月17日(火)
コミスペ：3月5日・12日・19日・21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」308号 令和8年3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

