

よつば未来公園
TEL06-6780-4428
場大久保町5-3-48



よつばdeレッスン バスケットボール



時毎週木曜日
U9クラス17:00~18:00
U12クラス18:10~19:10
場よつば未来公園 体育室
¥6,600円(4回)
備詳細は上記二次元コードから

もりぐち歴史館(旧中西家住宅)
場大久保町4-2-26
TEL06-6903-3601
※月・火・水曜日は休館日

オータムコンサート

内和・洋・ポップス・歌謡曲・演歌・
フォークソングなど世界の音楽を幅
広く演奏しているバンドが奏でるコ
ンサートです。
時10月19日(日)14:00~15:30
演朝倉聖氏・藤原美保子氏(アルカナ)
定先着30人(事前申し込み)
¥入館料のみ
申9月6日(土)10:00~電話



入館料 大人 200円
高校・大学生 150円
小・中学生 100円

問もりぐち歴史館
TEL06-6903-3601
(※毎週月・火・水曜日は休館日)

交通アクセス
京阪電車「大和田」駅から北西へ約1.3
キロメートル
大阪メトロ谷町線・大阪モノレール「大
日駅」より京阪バス「大久保」下車、南
東へ約700メートル
注駐車場に限りがありますので、でき
るだけ公共交通機関などを利用して
ください。

北部コミュニティセンター
TEL06-6906-5400
場淀江町6-3



椅子ヨガ+健康知識

内「なるほど」「気持ちいい！」月に1度
の健康習慣!! 身体について学びなが
ら整えるチェアヨガ! 「肩こり・腰痛
のしくみ」についてワンポイントア
ドバイスを入れながら椅子に座って
できるやさしいヨガ。
時10月15日(水)10:30~11:45
講村上さちこ氏
¥1,000円
定先着10人
持フェイスタオル・飲み物
備次回は、11月19日(水)、12月17日(水)
になります。
申9月6日(土)9:00~
電話・応募フォーム・来館



西部コミュニティセンター
TEL06-6993-1341
場文園町8-8

知りましょう自分(女性)の カラダ

内①「更年期のココロとカラダ」[知っ
ておきたい女性特有の病気]
②「一生付き合う女のココロとカラ
ダ」[尿失禁・尿漏れ体操]
時①9月6日(土)10:30~11:30
②9月13日(土)10:30~11:30
対女性
講ウィメンズセンター大阪
①藤田実由貴氏
②國安澄江氏
定先着20人
申電話・来館(予約受け付け中)



西部チャイルドくらぶ



内未就学児と保護者を対象に毎月1回
「読み聞かせ」と「遊びの広場」を行いま
す。
時9月20日(土)10:00~11:30
対未就学児と保護者

錦コミュニティセンター
TEL06-6991-1548
場菊水通4-20-10



介護予防運動体操

内つまずきやすくなった、歩行が不安
定になった、なんてことはありませんか? 予防は60代から! 参加者の
皆さんと一緒に元気になりましょ
う!
時9月2・16・30日(火)11:00~12:00
場会議室2
対60歳以上(それ以下の人も相談可)
講野村みどり氏(介護福祉士・介護予防
運動指導員)
¥1回500円
定先着20人(申し込み必要)
持フェイスタオルか手拭い・飲み物
申電話・来館(予約受け付け中)

リフレッシュ カフェ



内親子で楽しくリフレッシュ!
「十五夜お月様」にまつわる絵本の読
み聞かせ・パネルシアターなど
時9月18日(木)10:30~11:30
(毎月第3木曜開催予定)
場2階和室
対未就学児と保護者
講西家礼子氏(保育士・絵本未来機構
EQ絵本講師)
申電話・来館(予約受け付け中)
※当日の参加も大歓迎!
備車での来館は、ご遠慮ください。

北部コミュニティセンター
TEL06-6906-5400
場淀江町6-3



絵本でほっとタイム

内毎月第2水曜日、参加費・予約不要
です! 絵本の読み聞かせ、子育てア
ドバイス、パパ・ママ同士のしゃべ
り場。乳幼児期から絵本に触れ合う
きっかけづくりに! パパ・ママ友の
輪を広げよう!!
時9月10日・10月8日(水)
10:30~12:00
対子育て中の保護者と子
講中村和美氏(子育て広場ばれぼれ)



八雲東コミュニティセンター
TEL06-6906-6300
場八雲東町2-50-12



篆刻作り体験

内古くから文書などに押印されてきた
印の魅力を学び、現代アート性も含
ませながら自分だけのオリジナル篆
刻印を作成します。
時9月21日(日)10:00~12:00
対大人向け
講西浦光洋氏(篆刻家)
¥800円
定先着20人
持軍手・作業用タオル1枚
備申し込みの際に希望の漢字1文字を
伺います。
申9月6日(土)9:00~
電話・応募フォーム・来館

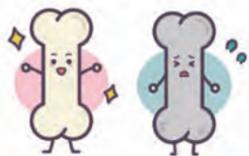


錦コミュニティセンター
TEL06-6991-1548
場菊水通4-20-10



健康教室(第6回) 骨を強くする骨習慣

内元気な骨を保つ秘訣とは?
骨粗しょう症を予防して元気に過ご
そう! 皆さんと健康についていっ
しょに学びましょう!
時9月29日(月)11:00~12:00
テーマを変えて第12回までを毎月
最終月曜日に開催予定
場2階会議室
講古田稜弥氏(地域健康アドバイザー)
定先着30人程度
申9月6日(土)9:00~
電話・来館
備車での来館は、ご遠慮ください。



八雲東コミュニティセンター
TEL06-6906-6300
場八雲東町2-50-12



きゅうちゃん漬け づくり

内ご飯のお供にピッタリのおいしい
きゅうちゃん漬けを手作りしてみま
せんか? 保存食としても役立つレシ
ピを教えます!
時9月14日(日)
①10:00~12:00
②14:00~16:00
対小学生以上
(小学生以下は保護者同伴)
¥1,300円
定先着4人
持エプロン・三角巾・手拭きタオル
備アレルギーがある人は参加不可。
使用食材…胡瓜・ショウガ・濃口しょ
うゆ・酢・砂糖・本みりん・料理酒・梅
干し・塩こんぶ・タカノツメ
申9月6日(土)9:00~
電話・応募フォーム・来館



ロバ隊長 マスコット制作

内認知症サポーター養成講座の受講者
に配っているシンボルキャラクター
の「ロバ隊長」の手芸ボランティア
講座をコミュニティカフェとして開
催します。
時9月18日(木)13:20~14:00
対小学生以上
定先着10人
持眼鏡(必要な人)・裁縫道具(使い慣れ
ているものがあれば)
申9月6日(土)9:00~
電話・応募フォーム・来館



施設案内

庭窪コミュニティセンター
TEL06-6902-0580
場佐太中町1-6-45

防災講習 防災マップを活用しよう!

内令和6年度、庭窪地域コミュニティ
協議会が作成し、大日・佐太五番の
地域の全戸に配布した「防災マップ」
を活用するための講座です。家族の
命を守るため、ぜひ参加してくださ
い。
時9月27日(土)10:30~11:30
講中石正一氏(日本防災士会・防災士)
対成人 定先着30人
持庭窪地域防災マップ・
スマートフォン
申9月5日(金)9:00~
電話・来館



庭窪絵本の広場 ~絵本の読み聞かせ

内季節に合った絵本の読み聞かせ・エ
プロンシアター・パネルシアターな
ど大人も大歓迎! わくわくの優しい
言葉の世界を味わいに来てください。
時9月19日(第3金曜日)
10:30~11:00
講読み聞かせボランティアサークル
わくわく
対乳幼児からどなたでも
定先着20人程度
申当日受け付け



八雲東コミュニティセンター
TEL06-6906-6300
場八雲東町2-50-12



子育てイベント 第3回感触あそび

内季節ごとの遊びや絵本の読み聞かせ
など毎月1回開催を予定していま
す。終了後は子育てに関するパパ・
ママの悩み相談の時間もあります。
時9月16日(火)10:00~10:30
対乳幼児(保護者同伴)
講アイグラン保育園大日東の先生
備毎月申し込みが必要
申9月6日(土)9:00~
電話・応募フォーム・来館