

北部コミュニティセンター
☎06-6906-5400
場淀江町6-3



北部コミセン寄席

リニューアルオープン記念！北部コミセン寄席を開催します！注目の若手プロ講師旭堂一海さんが来演します。プロ講談やアマ落語の寄席になります。乞うご期待ください。

時5月24日(土)14:00~16:00
(開場13:30)

講若手プロ講師 旭堂一海氏

¥500円

定先着50人

申5月6日(火・休)9:00~

応募フォーム・来館・電話

和室ヨガ

心も身体もリラックス！季節の変わり目に自律神経が乱れやすい時期です。ヨガのゆったりとした呼吸と優しい動きで自律神経を整えましょう。座ったままの姿勢で行いますので初めての人も大歓迎です！

時5月31日(土)13:30~14:30

講村上さちこ氏

(RYT200講座修了・椅子ヨガ・シニアヨガ指導者養成講座修了)

¥1,500円

定先着8人

持飲み物・フェイスタオル・バスタオル
(あればヨガマット)

申5月6日(火・休)9:00~

応募フォーム・来館・電話



八雲東コミュニティセンター
☎06-6906-6300
場八雲東町2-50-12



作って学ぼう！ オシャレかぶと

ダンボールでおしゃれなオリジナル兜を作ってみませんか？学芸員によるクイズや解説を交えながら、前立・吹返・篠垂などダンボールキットとは思えないクオリティを楽しく簡単に作っていただけます！

時5月18日(日)10:00~12:00

対どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴)

講センター学芸員

¥800円

定先着20人

備汚れてもよい服装

申5月6日(火・休)9:00~

電話・応募フォーム・来館



錦コミュニティセンター
☎06-6991-1548
場菊水通4-20-10

リフレッシュ カフェ

内5月だ！親子で春を楽しもう！
「はらぺこあおむし」・絵本の読み聞かせ ほか

時5月15日(木)10:30~11:30

毎月第3木曜日開催予定

場2階

申電話・来館による事前申し込み

楽しく！大人の脳トレ ~いつまでも若々しく~

漢字や熟語を使ったクイズ形式で脳トレを行います。漢字の成り立ちなど興味深いお話もあります！

脳トレで日常的に頭を使う習慣をつけましょう！

時6月~令和8年3月の毎月第2火曜日
(8月と令和8年2月は休講)

いずれも10:00~11:00

場2階会議室3

講漢字教育士・漢字教育サポーター
かわむらやすはる
川村康治氏

¥月1回500円

定先着10人(各月5人以上で開講)

持筆記用具

申来館・電話

八雲東コミュニティセンター
☎06-6906-6300
場八雲東町2-50-12



大切な人へ メッセージカード作り

内大切な人へ「ありがとう」をかわいメッセージカードに書いて伝えてみませんか？「ありがとう」の温かさ、「カタチ」として残るうれしさをぜひ体験してみませんか？

時5月10日(土)10:00~12:00

対どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴)

定先着20人

申5月6日(火・休)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布し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5月15日(木)13:20~14:00

対小学生以上

定先着10人

持眼鏡(必要な人)・自身で使い慣れた裁縫道具(ある人のみ)

申5月6日(火・休)9:00~

電話・応募フォーム・来館



南部エリアコミュニティセンター
☎06-6997-4120
場大宮通1-13-7
(市民保健センター1階)



健康講座実践編 (椅子ヨガ第2回)

内毎月1回開催。椅子に座って無理なくヨガやストレッチを体験。みんなで楽しく、ゆったりとからだを動かしましょう！参加回数に応じて表彰や健康グッズのプレゼントも用意。続けることで元気になろう！

時5月29日(木)10:00~11:00

場4階・会議室

講山下きよみ氏

¥初参加の回は無料

(2回目以降1回につき500円)

定先着30人程度

持動きやすい服装・靴・タオル・飲み物など

備初回のお試し(無料)のみでも可。

次回以降も都合に合わせて自由に参加可能。

申5月5日(月・祝)9:00~電話・来館

庭窪コミュニティセンター
☎06-6902-0580
場佐太中町1-6-45

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お越しください。お待ちしております。

時5月16日(金)※毎月第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



東部エリアコミュニティセンター
☎06-6902-5500
場大久保町1-南27-6

ジャガイモ収穫体験と料理教室

当センター屋上の畑「ふれあい広場」で育てたジャガイモの収穫体験と調理を行いおいしくいただく講座を実施します。

時6月7日(土)10:00~13:00

対幼児~小学生(保護者同伴)

講山田貴世氏

¥1組500円

定親子先着8組(20人程度)

ただし保護者1人と子ども2人まで

持軍手(子ども用・大人用)・スニーカー
または長靴・タオル・飲み物・エプロン・マスク

申5月11日(日)9:00~電話のみ

(来館での受け付けは行いません)

親子のあそび座@ヒガン

時5月8日(木)10:00~

対幼児と保護者

講子育て支援ボランティア・東地区福祉委員会

定先着30組

申当日受け付け

南部エリアコミュニティセンター
☎06-6997-4120
場大宮通1-13-7
(市民保健センター1階)



勉強CAFE (中学生・高校生対象)

会議室を勉強CAFÉ(自習室)として無料開放。Wi-Fiや電源も使い放題！飲食可。冷暖房・ウォーターサーバーも完備(無料)。日々の予習・復習やテスト前の追い込み、受験勉強など、それぞれの目的に合わせてご利用ください。

時毎日17:00~22:00
(中学生は19:30まで)

場1階・会議室4

対中学生・高校生

定12席(4人以上なら貸し切り可)

申電話・窓口(当日可)



施設案内

中部エリアコミュニティセンター
☎06-6991-0318
場市役所地下1階



しめじの造形 盆栽づくり

まるで本物?!樹脂粘土を使って本物そっくりなしめじの造形盆栽を作ります。手のひらサイズの造形盆栽づくりを体験してみましょう!

時5月25日(日)13:00~15:00

対どなたでも(未就学児は保護者同伴)

講近藤澄子氏(全国造形盆栽美術協会理事教授)

¥700円

定先着20人

持ラジオペンチ(お持ちの人のみ)

申5月6日(火・休)9:00~

電話・応募フォーム・来館



指ヨガ編 ~体の不調を整えよう~

手には体の各部分に関連するところがあり、揉んだりさすったりすることで、体の不調を改善します。

時5月11日(日)10:30~11:45

講木下友恵氏(健康運動指導士・ホリスティックハッピー代表)

¥500円

持飲料水・筆記用具

申5月6日(火・休)9:00~

電話・応募フォーム・来館

