

守口市民体育館
TEL 06-6992-8201
場河原町9-2



スポーツ教室の案内

▽ラージボール卓球教室

内通常の卓球よりもボールが軽くて大きく見やすいので、ラリーが続き、卓球の楽しさを味わえます。初めての人も体力に自信がない人も無理なく楽しめます。

時毎週月曜日15:00～16:30
(未開催日あり)

場1階小体育室
対50歳以上

▽太極拳教室

内ゆっくりとした全身運動で、筋力やバランスの向上、脳の活性化、ストレス解消などが期待できます。初めての人でも大丈夫です。

時毎週月曜日15:20～16:50
(未開催日あり)

対16歳以上
場2階武道室

▽おめざめヨガ教室

内色々な呼吸法を取り入れ、体の内側から活性化して、調整運動なども取り入れていきます。

時毎週火曜日(未開催日あり)
9:30～10:30

場2階武道室
対16歳以上

※各教室共通

¥950円×残り回数分
1回分の料金(950円)で体験可(要予約)

定先着若干人

持運動しやすい服装・室内用シューズ・タオル・飲み物

申前日までに2階事務所または電話

備その他のスポーツ教室も開催中。
詳しくは来館・電話・ホームページ

北部コミュニティセンター
TEL 06-6906-5400
場淀江町6-3



呼吸とヨガ

内4月に引き続き「呼吸トレーナー」による「きほんの呼吸レッスンとヨガ」横隔膜がしっかり動く呼吸。心も身体もリラックス。自宅でも実践できるきほんの呼吸。

時5月24日(日)13:30～14:45

講村上さちこ氏

¥1,500円 定先着8人

持フェイスタオル・飲み物・ヨガマット(バスタオルでも可)

申5月6日(水・祝)9:00～
電話・応募フォーム・来館

絵本でほっとタイム

内絵本の読み聞かせ、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5月13日・6月10日(水)
10:30～12:00

対子育て中の保護者と子ども

講中村和美氏(子育て広場ぱれぽれ)

備毎月第2水曜日。予約不要



守口文化センター(エナジーホール)

TEL 06-6992-1276
場河原町8-22



ソルフェージュ教室

内音楽の基礎作り。視唱・聴音・楽典や音楽史を学びます

時5月12日(火)から開講(月2回)

初級①17:00～17:50(小学生まで)

初級②18:00～18:50(中学生以上)

中級19:00～19:50(年齢不問)

上級20:00～20:50(受験など)

¥3,300円(月2回)

備初級はドレミよみからスタート
中級…吹奏楽や合唱勉強中など
上級…楽器問わず音楽大学受験など
体験可。クラスで迷っている場合は、
相談してください。

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



子育てイベント

内季節ごとの遊びや絵本の読み聞かせなど、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5月19日(火)10:00～11:00

対乳幼児(保護者同伴)

講アイگران保育園大日東の先生

備1回開催予定。毎月申し込み必要

申5月6日(水・祝)9:00～
電話・応募フォーム・来館

守口大根ワークショップ動画 ～栽培から食すまで～

内「令和7年度 守口大根長さコンクール」に出展した守口大根の成長の過程を楽しめる動画です。

備「栽培～収穫編」「コンクール～食育編」の2本立て



錦コミュニティセンター

TEL 06-6991-1548
場菊水通4-20-10



介護予防運動体操！

内月を追うごとに参加者も増え、皆さん元気モリモリになっています。初めての人も一緒にやってみましょう！

時5月12日・19日・26日(火)
11:00～12:00

場会議室2

対60歳以上(それ以下も相談可)

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(初回無料)

定先着20人(要申し込み)

持フェイスタオルか手拭い・飲み物

申来館・電話



庭窪コミュニティセンター
TEL 06-6902-0580
場佐太中町1-6-40

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ってください。

時5月15日(金)10:30～11:00

※毎月第3金曜日

対乳幼児から

講読み聞かせボランティアサークル
わくわく

定先着20人程度 申当日受け付け

パパママサポート活動 ～楽しく学ぶ育児講座 第2回～

内新人パパママと一緒に楽しく育児を学びましょう。終了後は保育士や看護師との雑談会もあります。

時5月12日(火)10:00～11:00

講アイگران保育園大日東の先生

対乳幼児とその保護者

定先着5組程度

申電話・来館による事前予約

八雲東コミュニティセンター

TEL 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」をかわいいメッセージカードに書いて伝えませんか？

時5月10日(日)10:00～12:00

備来館時、窓口に声をかけてください。

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「ロバ隊長」の手芸ボランティア講座を開催します。

時5月21日(木)13:20～14:00

対小学生以上 定先着10人

持眼鏡(必要な人)・使い慣れた裁縫道具(あれば)

備5月6日(水・祝)9:00～

申電話・応募フォーム・来館

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



出張スマホ教室 「スマホをじょうずに使いたい」 ～LINEを使ってみよう～

内スマホをもっと活用したい人、これからスマホを持ちたい人、この講座でスマホのいろんな機能をマスターしましょう！毎回テーマを変えて開催、途中回からの参加可能です。

時6月19日10:00～11:30
(毎月第3金曜日)

場4階・会議室1

講ソフトバンクスマホアドバイザー

定先着20人

申5月10日(日)9:00～電話・来館

備講座専用の貸し出しスマホあり。講座後、個別相談もあり(約20分程度)。5月15日(金)の回は別途問い合わせてください。

「南部マルシェ」(笑顔と笑顔で繋がる日替出張販売)

内市内の福祉事業所で作られた手作りのすてきな商品が並ぶ「南部マルシェ」。

時5月19日(火)・27日(水)…お弁当
5月20日(水)…手作りスイーツ
5月21日・28日(木)…野菜・ニンニク・コーヒー・スイーツなど
5月22日(金)…焼きたてパン
各日12:00ごろに出店

※詳しいスケジュールや詳細は、上記
二次元コードから

場1階ロビー

勉強CAFÉ (中学生・高校生対象)

内会議室を勉強CAFÉ(自習室)として毎日無料開放。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)。予習・復習や受験・テスト対策などに、ぜひ利用してください。

時毎日17:00～22:00
(中学生は19:30まで)

場1階・会議室4

定12席(4人以上貸し切り可)

申電話・窓口(当日可)

施設案内

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



「おもちゃ病院」が 開院します！

内動かなくなったおもちゃや壊れて家で眠っているおもちゃはありませんか？おもちゃドクターが、そんなおもちゃを直します。料金は無料(修理内容により部品代など実費必要な場合あり)。予約は不要、壊れたおもちゃをもってきてください。

時5月16日(土)13:00～16:00

場1階・多目的室2

(ビル空調工事の都合により、開催
会議室が変更となる場合があります)

¥無料(修理内容により部品代など実
費必要な場合あり)

備毎月第3土曜日。修理後の後日引き
渡しや、修理できない場合もあ
ります。ご了承ください。

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。みんな楽しく、ゆったりとからだを動かしましょう。年度末(翌年3月)には、参加回数に応じて表彰も実施。さあ、続けることで元気になろう！

時5月28日(木)10:00～11:00

場4階・会議室

講山下きよみ氏

¥初回無料(2回目以降500円)

定先着30人程度

持動きやすい服装、タオル、飲み物

備初回のみでも可。

申5月5日(火・祝)～電話・来館

