

◇新型コロナ感染症対策に伴う大阪市の指導により、サークル・事業共に予定変更になる可能性があります。ご了承くださいませ。



無料 『絵画教室』 講習会



今回は全5回(4月~6月)の少し期間が長めのじっくり描ける講習会です。
日 時 4月28日(木)・5月12日(木)・26日(木)・6月9日(木)・23日(木) 午後1時30分~3時 【全5回】
講 師 吉村 昌子氏(大阪市生涯学習インストラクター)
定 員 10名
対 象 者 全5回とも出席可能な方
持 ち 物 紙(画用紙・スケッチブック)・鉛筆・消しゴム・画材(水彩絵の具または色鉛筆) ※モチーフなどの案内は、初回に講師より説明します
申 込 4月6日(水)午前11時~4月14日(木)午後4時の間 本人が電話または窓口へ★

開催場所：大広間・多目的室

無料 健康セミナー 『健康と睡眠』(骨密度測定)

睡眠は身体の疲れをとるだけのためではありません。睡眠には免疫力を高める役割もあります。そんな最も大切な睡眠についての最新情報をお知らせします。

日 時 4月28日(木) / 5月26日(木) 午後1時30分~2時30分
※ご希望の方には『骨密度測定』をおこないます。申込時にお申し出ください。測定は講習会の前後の時間帯(13:00~13:30と14:30~15:00)でそれぞれ実施いたします。
講 師 藤原 由紀子(南大阪ヤクルト販売株式会社 広報室)
定 員 各日20名
申 込 4月5日(火)午前11時~4月13日(水)午後4時の間 本人が電話または窓口にて上記いずれか希望する日程で申込★



無料 男性の体操教室 体験講習会

日 時 令和4年5月30日(月) 午後1時30分~2時30分
講 師 福家 洋平氏(はりきゅう院 歩《あゆみ》代表)
定 員 15名【先着順】
対 象 者 男性
持 ち 物 水分補給の為の飲み物・汗を拭くためのタオル
申 込 4月13日(水)午前11時~ 本人が電話または窓口へ



また、6/8(水)より全4回で『男性の体操教室』開催予定です♪

無料 4月 囲碁・将棋開放

当面の間、実施曜日、参加人数を制限して実施いたします。

4月より

毎週木・土曜日を囲碁開放

毎週火・金曜日を将棋開放 とします。

※【将棋開放】4/29(金)は祝日(昭和の日)のためお休みです。

時 間：午後1時~4時/定員：各日16名 8組

場 所：住之江区老人福祉センター 娯楽室・休憩室

※予約不要ですが、前日までは予約可能。人数制限がございますので、当日参加いただけない場合もございます。ご利用後の机とイスの消毒にご協力よろしくお願いたします。

カラーコーディネート・セラピー体験

オシャレに役立つ色、自分に似合う色、生活に役立つ色などを知って、活用してみませんか?わかりやすいお話しで楽しく色を学びます。

日 時 5月27日(金) 午後1時30分~3時
講 師 岩尾 まゆみ氏(大阪市生涯学習インストラクター)
定 員 12名
受 講 料 100円(資料代)
持 ち 物 筆記用具
申 込 4月19日(火)午前11時~4月26日(火)午後4時の間 本人が電話または窓口へ★
当選者(受講可能者)は、受講手続きをお願いいたします。



無料 交通費別 ハルディックウォークを楽しむ会(服部緑地)

日 時 令和4年5月6日(金) 雨天の場合は中止
集合場所 大阪メトロ 住ノ江公園駅 南南改札口付近
12時20分集合 【時間厳守】
行 程 大阪メトロ住之江公園駅...大国町駅乗換...緑地公園駅...服部緑地公園をウォーキング 終了後 現地にて(14:40頃)解散予定
交 通 費 430円各自で購入してください。尚、敬老優待乗車証をお持ちでも150円(メトロ50円、北大阪急行100円)が必要です。
定 員 20名【先着順】
申 込 4月8日(金)午前11時より本人が電話または窓口へ
✿ ポールをお持ちの方は当日お持ちください。お持ちでない方はお貸ししますのので、申込みの際に申し出てください。
✿ ポールは、住之江公園駅にてお渡ししますので、各自でお持ちください。解散後に回収しますので、持って帰っていただく必要はありません。
※当日は運動しやすい服装・靴で♪

無料 スマホ(LINEの活用方法)

《スマホ活用講座5月-LINEの活用方法》

日 時 5月21日(土)午後1時30分~3時
講 師 吉田 恵子氏・磯崎 文氏《パソコンボランティアWing(ウイング)》
対 象 者 スマホをお持ちの方 ※スマホをお持ちの方対象の講習会です
定 員 15名
持 ち 物 スマホ(かんたんスマホ含む)、筆記用具
※スマホは十分に充電をしてお持ちください
申 込 4月19日(火)午前11時~4月26日(火)午後4時の間 本人が電話または窓口へ★



無料 4・5月のお誕生会



日 時 5月17日(火) 午後1時30分~2時30分(予定)
《第1部》お誕生会 午後1時30分~1時55分
☆写真撮影・手作りネームシールの贈呈・脳トレ/クイズ
《第2部》バンド演奏【MITSUMOTO フレンズ6】
午後2時~2時30分
定 員 20名
申 込 4月12日(火)午前11時~4月20日(水)午後4時の間 本人が電話または窓口へ★

※第2部のみ該当月生まれの方以外でも申込はできますが、写真撮影・ネームシールの贈呈はありません。抽選になった場合は4・5月生まれの方を優先いたします。
※第1部の受付は午後1時20分頃からの予定です♪

★定員超えた講座は抽選の上、講習会にご参加いただける方のみ受付期間終了後、お電話にてご連絡いたします。