

「普通救命講習会」※

無料

日時 11月12日(木) 午後1時30分～午後4時30分(講習時間3時間)

講師 住之江消防署

定員 7名

受付 10月27日(火) 午前11時から本人が来館もしくは電話にて受付

◆講習会を修了された方は修了証が交付されます

講習会「乳和食セミナー」

無料

日時 11月17日(火) ①11:00～12:00 ②13:30～14:30

講師 雪印メグミルク株式会社 関西コミュニケーションセンター 食育チーム

受付 11月2日(月) 午前11時～11月11日(水) 午後4時★

①・②いずれかの時間帯でお申込み下さい。

定員①・②各12名

講習会「干支(丑)の押絵」

日時 12月9日(水) 午後1時30分～午後3時

講師 土手 鯨子氏

定員 12名

参加費 700円(材料費)

持ち物 はさみ・手拭き・(あれば)ピンセット

受付 11月17日(火) 午前11時～11月25日(水) 午後4時★

◇当選者(受講可能者)は開催日前日までに受講手続きの為、来館をお願いいたします。



11月 いきいき百歳体操(事前申込型)

無料

日時 ①・②: 共に11月5日(木)・10日(火)・24日(火)・30日(月)

① 午前10時～10時45分/ ② 午前11時～11時45分

③ : 11月6日(金)・13日(金)・20日(金)・27日(金)

午前10時～10時45分/各4回

定員①・②・③

各12名程度

受付 10月13日(火) 午前11時～10月26日(月) 午後4時★

11月 囲碁・将棋開放

無料

当面の間、実施曜日、参加人数を制限して実施いたします。

11月：囲碁

5日(木)・7日(土)・12日(木)

14日(土)・19日(木)

21日(土)・26日(木)

11月：将棋

6日(金)・10日(火)・13日(金)

17日(火)・20日(金)

24日(火)・27日(金)

日時 午後1時～3時30分

定員 各日16名 8組

◇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がございます。詳しくはチラシをご覧ください

住之江区老人福祉センターだより 11月号



★申込受付は、窓口・電話共に本人のみとさせていただきます。定員超えた講座は抽選いたします。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。 ※【例外】普通救命講習会・筆ペン講習会・ノルディックウォーク

講習会「カラーコーディネート・セラピー体験」

日時 11月26日(木) 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

参加費 100円(資料代)

受付 11月9日(月) 午前11時～11月17日(火) 午後4時★

◇当選者(受講可能者)は開催日前日までに受講手続きの為、来館をお願いいたします。

ノルディックウォーク講習会 ※

日時 11月27日(金) 午後1時30分～3時30分 ※雨天中止

集合場所 ニュートラム ポートタウン東駅改札前広場(現地集合/現地解散)

◇ウォーキングルート===ポートタウン東駅～南港中央公園(園内ウォーキング)～ポートタウン東駅---詳しくはチラシをご覧ください

講師 野明 亮氏、他1名(一般社団法人全日本ノルディック・ウォーク連盟)

参加費 30円(保険代)

持ち物 水分補給の為の飲み物・タオル

定員 20名

◆ご自分のポールをお持ちの方は、当日お持ちください。

お持ちでない方は貸出しますので申込時にお申し出ください。

受付 11月10日(火) 午前11時から本人が窓口にて申込

ツボ押し運動体験教室

無料

日時 12月2日(水) 午後1時30分～2時30分

講師 結城 美凧氏(凧 鍼灸院院長)

定員 15名

持ち物 水分補給の為の飲み物、汗を拭くためのタオル

受付 11月11日(水) 午前11時～11月18日(水) 午後4時★

筆ペン講習会 ※

日時 11月19日(木)・26日(木)・12月3日(木)・17日(木) 全4回
午後1時30分～3時

講師 相田 美代子(夢寿)氏

定員 10名

参加費 380円(筆ペン代) あらかじめ全員同じものを購入予定、お釣ないようご用意下さい

持ち物 書初め用の用紙(八つ切りの条幅紙 約17.5cm×68cmのもの)

半紙・(書道用の)下敷き・文鎮 ◆初回より必要です

受付 11月6日(金) 午前11時から本人が窓口にて申込