



# 南千里地区公民館だより



吹田市津雲台1-2-1千里ニュータウンプラザ7階 ☎06-6833-5153

## \*\*\*\*\*2024年4月講座のご案内\*\*\*\*\*

### シニアのための運動

日時：4月12日(金)  
13:30~14:30(受付13:00~)  
場所：視聴覚室  
講師：高齢福祉室 職員  
定員：30名 ※65歳以上の方対象  
持ち物：飲み物・汗拭きタオル

### 産後ママヨガwithベビー

日時：4月19日(金)10:30~12:00  
場所：和室 (受付10:00~)  
講師：助産師 島田繭子さん  
定員：8組(16名)  
※生後1~8ヶ月の赤ちゃんとママが対象  
持ち物：飲み物・動きやすい服装で

### 樹脂粘土教室(2回連続講座)

#### ~つくしと春の花~

日時：4月24日(水)・5月1日(水)  
13:30~15:30(受付13:00~)  
場所：702会議室  
講師：肥後慶子さん  
定員：8名  
材料費：1,000円(4/17まで)  
持ち物：持ち帰り用袋  
★公民館に見本を展示しています。



### 男性向け料理教室

~料理に興味のある  
超初心者の方大歓迎~

日時：4月18日(木)  
10:30~14:30(受付10:00~)  
場所：調理実習室  
講師：久保田真由美さん  
定員：12名  
材料費：1,000円(4/11まで)  
持ち物：エプロン・三角巾・  
手拭きタオル・お茶

●メニュー●  
三色丼  
味噌汁  
白玉だんご

### シニア向けスマホ教室

#### ~Googleレンズを使おう~

日時：4月22日(月)  
13:30~15:30(受付13:00~)  
場所：視聴覚室  
講師：スマホアドバイザー(ソフトバンク)  
定員：20名 (最小催行10人)  
持ち物：筆記用具、スマートフォン  
※はじめは貸出用スマホで練習し、その後  
ご自身のスマホで応用できるようにレク  
チャーします。

5月講座  
先行受付!

### 済生会千里病院 市民健康講座

日時：5月11日(土)  
13:30~15:30(受付13:00~)  
場所：千里市民センター大ホール  
定員：120名 持ち物：筆記用具  
講演①「みんなで学ぼう脳卒中の予防と治療」  
脳神経外科 桧山永得先生  
講演②「認知症へのそなえ」  
認知症看護認定看護師 木村綾子先生  
★途中から(講演②から)の参加も可能です!



### 絵本の読み聞かせ術講座

#### ~親子の笑顔が増えるお話~

日時：4月25日(木)10:30~12:00  
場所：和室 (受付10:00~)  
講師：絵本講師 岡本麻友子さん  
定員：8組  
※生後半年~就学前までのお子さんと  
保護者が対象

## \*\*\*申込方法\*\*\*

4月1日(月)10時よりお電話のみの受付 電話 06-6833-5153

受付時間 10時~12時・13時~17時

4月の休館日：2日(火)・9日(火)・16日(火)・23日(火)・29日(祝)・30日(火)

公民館主催講座はすべて無料ですが、事前申込が必要です。定員に達した講座から募集を締め切りますので、ご了承下さい。材料の準備が必要な講座については材料費が必要です。講座実施日の1週間前までに事務所に材料費をお支払い下さい。お支払いいただいた材料費は返金できませんのでご了承下さい。