

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

   **2026年3月講座のご案内**   

助産師さんと一緒に

ベビービクス&ベビーヨガ

日時：3月13日(金)

10:30~12:00(受付10:00~)

※今月は第2週目になります。

場所：和室 定員：8組(16名)

講師：助産師 山本夕奈さん

持ち物：バスタオル・飲み物など

※生後1か月~歩きはじめの頃までの

赤ちゃんと保護者が対象

健康づくり体操(2部制)

日時：3月13日(金)★おひとり様1回限り

①13:30~14:15(受付13:00~)

②14:30~15:15(受付14:15~)

場所：視聴覚室 定員：各部25名

講師：吹田市健康づくり推進事業団

インストラクター

持ち物：飲み物・汗拭きタオル

歌って♪ジョイフル

日時：3月15日(日)

10:30~12:00(受付10:00~)

場所：視聴覚室 定員：30名

講師：安達明世さん

楽譜代：100円(当日払い)

持ち物：筆記用具・水分補給用飲み物

★ワールドミュージックや懐かしのポップス
などをみんなで一緒に歌います。

韓国の料理教室

日時：3月12日(木)

10:30~12:00(受付10:00~)

場所：調理実習室 定員：8名

講師：ユン・ムンヒさん

材料費：1,000円(3/5まで)

持ち物：エプロン・三角巾・筆記用具

持ち帰り容器

★韓国簡単キムチと

さきいかのコチュジャン炒めを作ります。

歌と楽器のスプリングコンサート

日時：3月22日(日)

14:30~15:30(開場14:00~)

場所：千里市民センター大ホール

定員：150名

出演：佐々木涼輔さん(テノール)

西田みずほさん(ソプラノ)

藤井夢音さん(ピアノ)

村上絢子さん(ヴァイオリン)

村上順子さん(ヴァイオリン)

ココロとカラダを整える

セルフケア講座~腰痛編~

日時：3月27日(金)

10:30~12:00(受付10:00~)

場所：視聴覚室 定員：15名

講師：日本コンディショニング協会

認定トレーナー 小川麗香さん

持ち物：ヨガマット又は厚手のバスタオル

フェイスタオル2枚

水分補給用飲み物

落語会

日時：3月29日(日)

15:00~16:30(受付14:30~)

場所：視聴覚室 定員：50名

講師：酔狂亭雀庵さん 他



申込方法

3月1日(日)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

3月の休館日：3(火)・10(火)・17(火)・20(祝)・24(火)・31(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。材料の準備が必要な講座については材料費が必要です。期日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。