

# 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7月講座のご案内 🌸🌸🌸

## 健康づくり体操(2部制)

日時：7月10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

## 助産師さんと一緒に

### ベビービクス&ベビーヨガ

日時：7月17日(金)  
10:30～12:00(受付10:00～)  
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

## 歌って♪ジョイフル

日時：7月13日(月)  
10:30～12:00(受付10:00～)  
場所：千里市民センター大ホール  
定員：120名  
講師：安達明世さん  
持ち物：筆記用具・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。

## 初心者向け吹田音頭講習会 ～楽しく踊って

### 吹田を盛り上げましょう!～

日時：7月17日(金)  
13:30～15:00(受付13:00～)  
場所：視聴覚室 定員：15名  
講師：郷原純子さん  
持ち物：飲み物・タオル・動きやすい服装

## ココロとカラダを整える セルフケア講座～首肩こい編～

日時：7月29日(水)  
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

## 自転車の交通ルールを 教えて!おまわりさん

日時：8月3日(月)  
14:00～15:00(受付13:30～)  
場所：705会議室 定員：30名  
講師：吹田警察署  
持ち物：筆記用具・飲み物  
★親子で参加可能です。  
ルールを知って、正しく乗りましょう。

## 小学生向け講座 詳しくは別紙をご覧ください

7月31日(金) 13:30～ 申込は7月4日(土) 10:00～

## 🌸🌸🌸 申込方法 🌸🌸🌸

7月1日(水) 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

7月の休館日：7(火)・14(火)・20(祝)・21(火)・28(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。材料費は返金できませんのでご了承下さい。

## 南千里地区自治団体連絡協議会からのお知らせ

「社会を明るくする運動 少年を守る南千里市民大会」

7月4日(土) 千里市民センター大ホールで ※詳しくはポスターをご覧ください

「佐竹台地区夏祭り」7月25日(土) 佐竹台小学校で 夕方から