

★マジックバルーン体験教室

講師 まぎ〜マモル パフォーマーSHO

とき 10月3日(土)

①10時～11時

②11時～11時30分

③11時30分～12時30分

マジック体験

マジックバルーンショー

バルーン体験

子ども会・クリスマス会・各種イベントで大好評!マジックバルーンショーを体験してみませんか?定期的なマジックバルーン教室もありますよ!

ところ アネックスパル法円坂 3階 8号室

申込 来館・FAX・メール

締切 10月2日(金)まで 定員になり次第

材料費 ①③各500円

②は無料でご参加いただけます。

事前申込
各回
先着15名

★和紙ちぎり絵

講師 坂上 千代(さかうえ ちよ)

和紙をちぎったり、ハサミで切ったりして、来年の干支「招福の丑」を作ります。。
初めての方でも簡単にできます。

とき 10月7日(水) 10時30分～12時

ところ アネックスパル法円坂 3階 8号室

申込 来館・FAX・メール

締切 9月23日(水)まで 定員になり次第

持ち物 おしぼり・ハサミ・筆記具

教材費 1320円

事前申込
先着5名

★かんたん歩く

講師 山上(やまがみ)インストラクター

水中で歩くことにより、腰痛・膝痛の改善につながります。

とき 9月20日(日) 10時30分～10時55分

ところ 明治スポーツプラザ中央屋内プール 2階プール

申込 来館

持ち物 水着・スイミングキャップ・タオル持参

施設利用料 16歳～64歳 700円、
16歳未満・65歳以上 350円
(生年月日がわかる本人確認書類が必要)

当日
先着15名

お化粧品・アクセサリーをしたままご利用できません。
途中入場はできませんので、時間に間に合うようにご来館ください。

フリースタイル

講師 YUMIKA(ゆみか)

幅広い年齢層の方とアットホームな雰囲気です。周りを気にせず、楽しくのびのびレッスンしていきます。普段、運動していない方も楽しく体を動かしましょう!!ダンス未経験者の方でも基礎から丁寧に指導します。

お一人様1教室、1回のみ無料体験

とき 10月2日(金) 19時～20時15分

10月9日(金) 19時～20時15分

10月16日(金) 19時～20時15分

ところ 中央スポーツセンター 4階 第2体育場

対象 16歳以上 申込 来館・電話

締切 体験希望日前日まで

持ち物 運動できる服装、水分補給できるもの、タオル、
室内用運動靴、マスク着用してご来館ください

事前申込
各日
先着4名

ヨガA②

講師 スタジオソワカ

きつくないのに効果のある筋トレ、ストレッチなど『ヨガ』以外の動きも取り入れています。体が硬くても、運動が苦手な方も楽しく続けていただける内容となっています。ぜひご体験ください。
お一人様1教室、1回のみ無料体験

とき 10月7日(水) 19時20分～20時20分

10月14日(水) 19時20分～20時20分

10月21日(水) 19時20分～20時20分

ところ 中央スポーツセンター 4階第2体育場

対象 16歳以上 申込 来館・電話

締切 体験希望日前日まで

持ち物 運動できる服装、水分補給できるもの、
タオル、マスク着用してご来館ください

事前申込
各日
先着4名

パパといっしょ!絵本と親子遊び

講師 島之内図書館職員 中央区子ども・子育てプラザ職員

育児参加に悩むお父さんへ、お子さんと一緒に絵本と親子遊びを楽しみましょう。

とき 10月3日(土) 11時～11時30分 乳児向け

13時30分～14時 幼児向け

ところ 中央区子ども・子育てプラザ
2階 和室A

対象 乳幼児と保護者

申込 来館・電話

締切 9/19(土)～10/2(金)まで
定員になり次第

事前申込
各回
先着5組

絵本でコミュニケーションの取り方講座

講師 絵本でコミュニケーションしようの会 湯川 絵美(ゆかわ えみ)

絵本でコミュニケーションの取り方を一緒に学んで親子で楽しみましょう。

とき 10月4日(日) 11時～12時

ところ 中央区子ども・子育てプラザ
3階 談話室

対象 児童と保護者

申込 来館・電話

締切 9/19(土)～10/3(土)まで
定員になり次第

事前申込
先着5組



9月15日(火)▶10月31日(土)

中央区 生涯学習フェスタ 2020

今年も区内の生涯学習関連施設が連携して、恒例の「中央区生涯学習フェスタ」を開催します。
いずれも初めての方向きの教室です。多くの講座が9月5日(土)に受付開始しますので、
ぜひ、ご参加ください!

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止の影響等により、「中央区生涯学習フェスタ2020」が開催中止になる場合があります。

各教室の開催場所／申込先一覧

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の影響等により、
開館していない場合があります。

中央区ボランティア・市民活動センター

大阪市中央区上本町西2-5-25

TEL.06-6763-8139

FAX.06-6763-8151

Eメール/chuo-tiiki-katadow@shakyo-osaka.jp

開館時間/9時～19時(土曜日9時～17時30分)

休館日/日曜日・祝日・年末年始

中央屋内プール

大阪市中央区島之内2-7-8

TEL.06-6212-5473

FAX.06-6212-5474

開館時間/火～日曜日・祝日

9時～20時30分(受付は20時まで)

休館日/月曜日(祝日の場合は翌平日休)・
年末年始・臨時休館(施設点検など)

中央区東老人福祉センター

大阪市中央区農人橋1-1-6

TEL.06-6941-7719

FAX.06-6941-7709

開館時間/10時～17時

休館日/日曜日・祝日・年末年始

中央スポーツセンター

大阪市中央区島之内2-12-31

TEL.06-6211-2010

開館時間/火～日曜日・祝日 9時～21時

休館日/月曜日(祝日の場合は翌平日休)・
年末年始・臨時休館(施設点検など)

中央区南老人福祉センター

大阪市中央区島之内2-12-6

TEL.06-6213-2172

FAX.06-6213-2639

開館時間/10時～17時

休館日/日曜日・祝日・年末年始

中央区子ども・子育てプラザ

大阪市中央区島之内2-12-6

TEL.06-6213-2171

FAX.06-6213-2639

開館時間/火～土曜日9時～21時
※17:30以降の利用がない場合は夜間休館になります。
日曜日9時～17時30分

休館日/月曜日・祝日(5月5日は開館)年末年始
※7/21～8/31までの月・祝は開館

大阪市教育会館(アネックスパル法円坂)

大阪市中央区法円坂1-1-35

TEL.06-6941-0951

FAX.06-6941-7474

Eメール/kaikan@zaidan.or.jp

開館時間/9時30分～21時 日・祝日は17時まで

申込受付/10時～17時

休館日/年末年始等

島之内図書館

大阪市中央区島之内2-12-31

TEL.06-6211-3645

FAX.06-6212-5449

開館時間/火～金曜日10時～19時

土・日曜日・祝・休日10時～17時

休館日/月曜日(祝・休日にあたる場合は開館)・
第3木曜日・年末年始・蔵書点検期間
※7/21～8/31までの月・祝は開館

フェスタ全体に関する問合せ 中央区役所 市民協働課(市民活動支援グループ) 電話 6267-9743

※今後の事業に活かすため、参加者には簡単な無記名アンケートをご記入いただきます。教室によっては、記録用写真撮影および、緊急時に備えて体験者の個人情報について別途記載をお願いする場合があります。