

中央区子ども・子育てプラザ

(島之内図書館 共催) 申込方法 来館・電話(中央区子ども・子育てプラザ)

みんなの絵本のひろば ～あっ!これ読んだ!これ読みたい!～ 各回40名

赤ちゃんから大人まで楽しめる絵本や写真集など約300冊を集めました。ハロウィンコーナー・外国語絵本もあります。読み聞かせもお楽しみに!

日時 10月5日(土)
①10:00～12:00(読み聞かせ/11:00～11:30)
②13:00～15:00(読み聞かせ/13:30～14:00)

中央区子ども・子育てプラザ

住所 大阪市中央区島之内2-12-6 電話 06-6213-2171
開館時間 9:00～17:30 休館日 月曜日・祝日・年末年始

島之内図書館

住所 大阪市中央区島之内2-12-31
電話 06-6211-3645 FAX 06-6212-5449
開館時間 火～金 10:00～19:00 土日祝 10:00～17:00
休館日 月曜日(祝日の場合は開館)・第3木曜日・年末年始・蔵書点検期間

中央区ボランティア・市民活動センター

申込方法 来館・電話・FAX・メール

子ども支援ボランティア養成講座 各回15名

1回目は乳幼児向けの保育や遊びについて、2回目は小中学生の子どもとのかかわり方を学ぶ講座です!楽しくボランティアを学んでみませんか?

日時 9月20日(金) 14:00～15:30 保育ボランティア講座
9月27日(金) 14:00～16:00 子どもの居場所ボランティア講座
※どちらかみの参加でも可能です

締切 9月13日(金)

住所 大阪市中央区上本町西2-5-25(ふれあいセンターもも)

電話 06-6763-8139 FAX 06-6763-8151

Eメール tiiki@eos.ocn.ne.jp

開館時間 9:00～19:00(土～17:30)

休館日 日曜日・祝日・年末年始



南老人福祉センター

対象 市内在住の60歳以上の方 申込方法 来館・電話 (利用証が必要です)

箏曲初級 各回3名

懐かしさを覚える和の音色。お琴に初めて触れる方、一緒に奏でませんか。

日時 9月12日(木)・26日(木)
10月10日(木)・17日(木) 10:30～12:00

持ち物 水分補給用の飲み物

健康の～びのび体操 5名

いい加減が良い加減と銘打って、無理なく、自重で行うマイペースの体操教室です。

日時 10月1日(火) 13:30～14:30
持ち物 運動できる服装、水分補給用の飲み物

フォークダンス 5名

ペアを組んで円形になり楽しくダンス!振り付けも簡単なので、初心者でも気軽に始められるダンスです。

日時 9月30日(月) 10:00～12:00
持ち物 動きやすい服装、タオル、水分補給用の飲み物

健康いろいろエクササイズ 各回3名

音楽に合わせて発声や両手・両脚を動かし、楽しく健康を維持しませんか?

日時 9月6日(金)・20日(金)
10月4日(金) 13:30～14:50

持ち物 動きやすい服装、タオル、水分補給用の飲み物

大正琴 各回2名

コミュニケーションをはかりながら、指の体操と頭の体操を気楽に楽しきましょう!

日時 9月30日(月)・10月21日(月) 13:15～15:00
持ち物 水分補給用の飲み物

住所 大阪市中央区島之内2-12-6
電話 06-6213-2172 FAX 06-6213-2639
開館時間 10:00～17:00 休館日 日曜日・祝日・年末年始



大阪市教育会館

申込方法 来館・FAX・メール・郵送

店内・旅行英会話 各回10名

英語をリラックスして楽しんでみませんか?英語を学びながら、みんなで一緒に笑顔になれる授業にぜひ参加してください。

日時 9月19日(木)・28日(土) 10:15～11:45
持ち物 筆記用具 締切 体験日の10日前まで

楽しく学ぶ入門者・初心者のための英会話 15名

英語の基礎講座です。英文をたくさん絵で表して学ぶので、すぐに簡単な英会話ができます。フォニックス(音声学)での練習で発音がうまくなります。

日時 10月7日(月) 10:00～11:30
締切 10月5日(土)まで

お試し!秋のフラワーアレンジメント教室 各回8名

秋のフラワーアレンジメント教室、お試し版です。ぜひ、ご参加ください。

日時 10月5日(土) 10:00～12:00 シックな秋のプリザーブドフラワーアレンジ
10月28日(月) 14:00～16:00 秋のフレッシュフラワーアレンジ
材料費 各回2,500円 締切 体験日の5日前まで
持ち物 花切りハサミ、作品を持ち帰る紙袋(マチの広いもの)

医武同源 20名 ～生活のための中医学と中国武術～

太極拳は伝統ある武術で、心身を整え、簡単な動きで日常生活に役立つ身体機能を鍛えます。初めての方は中医学の基本から学べます!

日時 9月22日(日) 9:30～10:50 締切 当日まで
持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物 材料費 200円

中国語体験講座 10名

来るぞ、万博!今からでも間に合う!「ピンインとは?中国語はどんな言葉?中国語の特徴」など、中国語を始めたい方向けの無料体験講座です。

日時 10月29日(火) 9:50～10:50
締切 10月28日(月)まで

マジック・バルーン体験教室 各回10名

子どもたちが大好きな夢いっぱいのマジック・バルーン!あなたも体験してみませんか?参加者にはキャラクターバルーンもプレゼント!

日時 10月5日(土)
①10:00～11:00 マジック体験
②11:00～11:30 ミニマジックショー
③11:30～12:30 バルーン体験
材料費 ①・③は各回500円 締切 10月4日(金)まで

住所 大阪市中央区法円坂1-1-35 電話 06-6941-0951 FAX 06-6941-7474 Eメール kaikan@zaidan.or.jp
問合せ 月～金 10:00～17:00 休館日 年末年始等



中央スポーツセンター

申込方法 来館・電話 締切 体験日の前日まで お1人様1教室のみ無料体験頂けます。

ヨガ 各回10名

どなたでもご自分のペースで参加できるクラスです。呼吸を整えゆったりとしたリラクゼーションを体感しましょう。

日時 9月19日(木)・26日(木) 9:30～10:30
対象 16歳以上
持ち物 運動できる服装、水分補給用の飲み物

モビバンフィジカル体操 各回10名

モビバンを使った安全で効果的なクラスです。理学療法士が直接指導します。

日時 9月19日(木)・26日(木) 10:45～11:45
対象 16歳以上(レベル制限なし)
持ち物 室内シューズ、運動できる服装、水分補給用の飲み物

リトルキッズテニス 各回10名

年少さんから遊び感覚で楽しくテニスができるクラスです。

日時 9月19日(木)・26日(木) 16:20～17:30
対象 4歳～小学2年生(保護者同伴)
持ち物 室内シューズ、運動できる服装、水分補給用の飲み物

硬式テニス 各回10名

テニスが初めての方でも気軽に楽しめるクラスです。

日時 9月18日(水)・25日(水) 17:30～19:00
対象 16歳以上(レベル制限なし)
持ち物 室内シューズ、運動できる服装、水分補給用の飲み物

元気健康体操 各回10名

健康のために何かしないといけないと思っている方にオススメのクラスです。

日時 9月11日(水)・18日(水) 9:30～10:40
対象 16歳以上(レベル制限なし)
持ち物 室内シューズ、運動できる服装、水分補給用の飲み物

卓球 各回10名

初心者から中上級者までレベルに合わせたクラスです。

日時 9月20日(金)・27日(金) 9:30～11:30
対象 16歳以上(レベル制限なし)
持ち物 室内シューズ、運動できる服装、水分補給用の飲み物

住所 大阪市中央区島之内2-12-31 電話 06-6211-2010 開館時間 火～日 9:00～21:00 休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日休)