


# これからのコミュニティセンター

予定は変更になることがあります。

イベント・講座	開催日時	定員・会場	申込・費用	内容・講師
<b>健康</b> 笑いヨガ 素敵な笑顔を作りましょう	2月15日(火) 午後1時半～3時	先着20名 多目的ホール	1月25日(火)から 無料	最初は作り笑いでも、まずは行動を。口角を上げて笑う動作で脳を勘違いさせて、活性化させましょう。 講師：林田弘子さん (笑いヨガ協会 笑いヨガリーダー・アンバサダー)
<b>教養</b> お助け隊英会話②	2月19日(土) 午前10時半～12時	先着15名 中学生以上 会議室1・2	1月29日(土)から 無料	街角でお困りの外国人の案内やお手伝いができるように簡単な英会話の習得を目指します。 講師：竹ノ内朋子さん (キッズブラウン千里山主宰)
<b>健康</b> 歌体操	2月22日(火) 午後1時半～3時	先着20名 多目的ホール	1月31日(月)から 無料	ラジカセで曲を流し体操します。寒い時期に体を動かしましょう。動きやすい服装で靴、タオル、飲み物をご持参ください。 講師：西村秀子さん (千里新田はつらつ歌体操代表)
<b>健康</b> やさしいヨガ 肩こり・腰痛がラクになる	3月2日(水) 午前10時～11時	先着20名 多目的ホール	2月9日(水)から 無料	初めてヨガをされる方むけのやさしいヨガ。ゆっくり一つ一つのポーズに時間をとり説明します。 講師：青木紗弥加さん (ヨガインストラクター)
<b>健康</b> 腸活と日常ごはん 酵素栄養学から学びましょう	3月9日(水) 午前10時～11時	先着15名 会議室1・2	2月16日(水)から 無料	腸活とは腸内環境を整え腸が持つ本来の力を取り戻す事です。腸活を意識的にを行い健康寿命を伸ばしましょう。 講師：藤井陽子さん (体質改善アドバイザー)
<b>教養</b> お助け隊英会話③	3月12日(土) 午前10時半～12時	先着15名 中学生以上 会議室1・2	2月19日(土)から 無料	街角でお困りの外国人の案内やお手伝いができるように簡単な英会話の習得を目指します。 ※2/19の講座と内容は同じです。2回目の参加も可能です。 講師：竹ノ内朋子さん (キッズブラウン千里山主宰)
<b>教養</b> 英語カフェ③ March	3月13日(日) 午前10時半～12時	先着15名 中学生以上 会議室1・2	2月20日(日)から 無料	覚えた英語を活かす場として、気軽に英会話を楽しみましょう。今回のテーマは「将来の夢」です。 講師：ルーベン・ヴァヤスさん (米国人英語講師)
<b>イベント</b> 第18回 千里山サイエンスカフェ 『水を巡る環境問題』	3月19日(土) 午後2時～4時	先着30名 多目的ホール	2月26日(土)から 無料	生命を育む源となる『水』を巡る深刻化した環境問題について、参加者の方と双方向で議論し、語っていただきます。 講師：池 道彦さん (大阪大学大学院工学研究科教授)
<b>教養</b> 子どものための お花ヘア アクセサリー作り	3月21日(月・祝) ①午前10時半～12時 ②午後1時～2時半	各回先着13名 新小学1年生以上 ※新小学1・2年生は保護者同伴 多目的ホール	2月28日(月)から 800円(材料費)	発表会やお呼ばれに使えるお花の髪飾りを手作りします。好きな色を選びオリジナル作品を作りましょう。 講師：西川里乃さん (「花*時間」主宰 草月流師範)


## こんな行事がありました

**教養** 12月18日(土) 国連決議のSDGsとは何か?



講師：青山政利さん  
(元近畿大学助教授 理学博士)

最近、新聞やテレビで『SDGs』という言葉をよく耳にします。でも何のことだかよく判らないという方や、詳しい内容を知りたいという方が多いと思います。そんな方々にSDGs(持続可能な開発目標)の内容、我々が今後なすべきことをわかりやすくお話いただきました。



身近な活動から始められるSDGs

**教養** 1月9日(日) 第2回小学生サイエンスセミナー「信号機を作ろう」





講師：西田嘉夫さん  
加藤忠男さん  
(関西大学非常勤講師)

LEDを使って歩行者用信号機を作りました。参加したのは小学生3～6年生、午前と午後合わせて14人。最初に信号機の土台を作ります。接着剤の使い方やスイッチの付け方を教わりました。小さな部品を組み立てる作業は根気がいりますが、みなさん一生懸命に取り組んでいました。最後に車用と人用の信号の変わり方を教わって自分の信号機を点灯してみました。





配線が大変だったけど信号が点灯しました!

**教養** 1月11日(火) マンション管理支援講座



講師：辻 守生さん  
(一般社団法人 吹田マンション管理士会)

今年度最後のマンション管理支援講座でしたが、多くの方に参加していただきました。



熱心な受講の様子

今回は過去の相談事例の紹介でした。また、マンション管理・立替等に関する法律の改正を踏まえてマンション標準管理規約が改正されるので、その概要のお話がありました。皆さんから大変参考になったとお声をいただいています。

**教養** 1月21日(金) 中級陶芸教室



講師：味舌秀樹さん  
(味舌工房主宰 / 吹田文化功労者)

主に初心者向け陶芸教室を修了した方を対象に、今回は一輪挿しの花瓶に挑戦していただきました。前回よりも少し難易度が上がりましたが、多くの参加者は慣れた手つきで手びねりを楽しんでおられました。




お手本の  
一輪挿し

<ギャラリー報告>  
天彩クラブ 1/21～31



「四季折々の風景を感じるままに絵筆をとる」をモットーとする天彩クラブの皆さんの力作17点が展示されました。

**展示作品募集**  
コミセンのギャラリースペースで作品発表をしませんか?  
地域の方に無料で開放しています。詳しくは直接お問い合わせください。皆様のスペースです。大いにご利用ください。

- ・ コミュニティセンターをご利用の際は、マスクを着用し、手指の消毒をお願いします。
- ・ 発熱・咳・喉の痛みの症状があるなど、体調の悪い方は来場をご遠慮ください。
- ・ 講座をお申し込み後に来られなくなった場合は、必ずご連絡ください。
- ・ 講座中は換気のため、お部屋の窓を開けています。調節のしやすい服装でお越しください。

※ 主催講座は新型コロナウイルスの情勢により、中止の可能性あります。

講座のお申込み・お問合せは電話で

**千里山コミュニティセンター** 電話：06-6310-7002  
受付時間 午前9時～午後8時 FAX：06-6310-7336