

北千里公民館だより 10月号



■北千里地区公民館 吹田市古江台3丁目8番1号 まちなかりビング北千里2階
 ■開館 10:00~22:00 ※公民館周辺は駐車禁止です。 ■発行 公民館広報委員会
 ■ホームページ <https://machikita.jp/ph/> TEL(06)6834-2921 FAX(06)6155-8278

「公民館からのお知らせ」
 からご覧いただけます

■休館日 毎週火曜日、16日(水)

■運営委員会 8日(火) 19時~

楽しい体操 (毎月第1土曜日)

日時:10月5日(土)10時30分~11時30分
 講師:田崎 和子さん
 場所:公民館 会議室1~3
 持ち物:お茶、タオルなど
 ※申込み不要
 ※11月は9日(土)です



助産師さんと産後ママヨガwithベビー

日時:10月7日(月)10時30分~12時
 講師:島田 繭子さん(助産師、保健師)
 場所:公民館 和室
 持ち物:大きめのバスタオル
 対象:産後1~8ヶ月位までのママと赤ちゃん
 定員:6組(保育はありません)
 申込み:定員に達しました
 (キャンセル待ちにて受付中)



※11月は18日(月)[受付開始:10月18日(金)]

★新企画★ (毎月第2金曜日)

おとなのための絵本の散歩道

絵本を通して、子どもの頃の想いや思い出を語りませんか

日時:10月11日(金)14時~15時30分
 絵本の紹介:青山台文庫
 場所:公民館調理実習室
 対象:60歳以上
 定員:10名(先着順)
 申込み:9月11日(水)~ 電話でも可
 ※11月は8日(金)[受付開始:10月8日(火)]



♪親子でリトミック♪ (毎月第3木曜日)

ピアノに合わせて体を動かし、リズム感を育みます
 日時:10月17日(木)10時30分~11時30分
 講師:小野 昌子さん
 場所:公民館 視聴覚室
 持ち物:お茶、タオルなど
 対象:一人で歩けるお子さんとその保護者
 定員:10組(保育はありません)
 申込み:9月17日(火)9時30分~



申込みフォーム

健康体操 (毎月第3金曜日)

日時:10月18日(金)10時30分~11時30分
 講師:田崎 和子さん
 場所:公民館 会議室1~3
 持ち物:お茶、タオルなど
 ※申込み不要
 ※11月は15日(金)です



懐かしの歌声サロン

日時:10月20日(日)14時~16時
 司会:藤本 輝夫さん
 ピアノ伴奏:小野 昌子さん
 場所:公民館 会議室1~3
 ※申込み不要



▼ 裏面に来月の主催講座の案内と図書館だよりを掲載しております。まちなかりビング北千里の受付横階段下のラックにも置いてありますので、ご自由にお持ち帰りください。周辺住民のご迷惑となりますので、建物周辺の道路には車は停めないでください

第42回公民館文化祭

日時:11月2日(土)10時~17時
 11月3日(日)10時~15時
 ※詳細は、文化祭特別号にてお知らせします
 ※11月1日(金)は、文化祭準備のため公民館はご利用いただけません

◆シニアのためのお役立ち講座◆

お口の健康からの認知症予防(仮)

日時:11月17日(日)14時~15時30分
 講師:脇坂 幸治さん(言語聴覚士)
 担当:古江台・青山台地域包括支援センター
 場所:公民館 会議室1~3
 ※申込み不要 ※どなたでも参加可能

味噌作り講習会

米こうじの美味しいお味噌を作ります。発酵食品を自分の手で作ってみませんか。

ビギナーコース 先着5名
 講師が大豆の炊き上がりから仕込みまで、丁寧に教えます。初めての方でも安心して参加できます
 日時:11月21日(木)13時~15時

ベテランコース(経験者向け) 先着20名
 大豆渡し:11月14日(木)13時~15時
 仕込み:11月21日(木)13時~15時

講師:グループ花水木
 場所:公民館 調理実習室
 申込み:10月31日(木)13時~15時 公民館 調理実習室にて
 材料費:一口3,800円(出来上がり約7kg 半口もあり)



市民健康講座

糖尿病のおはなし

日時:11月30日(土)14時~15時30分
 講師:久保 典代 先生(糖尿病内科)
 場所:公民館 会議室1~3
 共催:済生会千里病院
 ※申込み不要



北千里児童センターからのお知らせ

まちきたキッズ ーにこにこひろばー

Sing Sing Sing 19

みんなで歌おう 0100

日時:10月8日(火)10時30分~11時
 歌(ソプラノ):宮下 咲恵さん
 オーボエ:田窪 佳代さん
 ピアノ:森山 靖子さん
 場所:公民館 会議室1~3 ※11月は5日(火)です
 定員:20名(先着順) ※申込み不要



10月 北千里 図書館だより

TEL: (06) 6834-2922

〈10月のお休み 10/29(火)〉

★おひざで絵本★~絵本とわらべうた~
 2日(水)・12日(土)・18日(金) 10時30分より
 対象:2・3歳 場所:1階 乳幼児室

★えほんのじかん★~絵本のよみきかせ~
 毎週日曜日 10時40分より 対象:どなたでも
 場所:おはなしスペース(えほんコーナー)

★おはなし会★
 23日(水) 16時より 対象:4才以上~小学生
 場所:5分前に児童カウンター前集合 *大人は参加不可

ブックスタートのひろば



すいぼん◎吹田市立図書館

~0歳から1歳向け~

絵本の読みきかせ、わらべうたなど

場所:2階 公民館 和室

開催日:3日(木)・16日(水)

19日(土)・28日(月)

時間:1回目...10時10分~10時30分

2回目...10時40分~11時00分

3回目...11時10分~11時30分

(各回、10分前より受付)