

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、15日(水)

■運営委員会 14日(火)19時~

楽しい体操

日時:10月4日(土)
 10時30分~11時30分
 講師:田崎 和子さん
 場所:会議室1~3
 持ち物:お茶、タオル等
 ※申込み不要
 ※11月は8日(土)です



助産師さんと産後ママヨガwithベビー

日時:10月6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(定員に達しました)
 ※11月は10日(月)[受付開始:10月10日(金)]



11月分申込みフォーム



おとなのための 絵本の散歩道

日時:10月10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:概ね60歳以上
 定員:10名(先着順)
 申込み:9月10日(水)~
 窓口または電話で
 ※11月は14日(金)
 [受付開始10/16(木)]



♪親子でリトミック♪

日時:10月16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18日(木)~
 ※11月は20日(木)[受付開始:10/20(月)]

10月分申込みフォーム



11月分申込みフォーム

懐かしの歌声サロン

♪みんなで楽しく歌いましょう♪

日時:10月19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



健康体操

日時:10月17日(金)
 10時30分~11時30分
 講師:田崎 和子さん
 場所:会議室1~3
 持ち物:お茶、タオル等
 ※申込み不要
 ※11月は21日(金)です



新講座

わくわく音楽ひろば

ピアノに合わせて歌ったりおしゃべりしたりして、
 楽しい時間を過ごしませんか?
 日時:10月22日(水)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
 定員:20名 対象:概ね60歳以上
 申込み:9月22日(月)~ 窓口または電話で



▼ 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総合受付と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43回北千里地区公民館文化祭

日時:11月1日(土)10時10分~17時
11月2日(日)10時10分~15時
※両日ともに開場は10時
※詳細は「文化祭特別号」に掲載します

シニアのためのお役立ち講座

「痛み」との付き合い方

日時:11月16日(日)14時~15時30分
講師:医療法人篤友会 坂本病院・同志社女子大学講師
公認心理師/音楽療法士 那須 貴之さん
協力: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

**市民健康講座「乳がんのお話
~早期発見と治療の選択~」**

日時:11月29日(土)14時~15時30分
講師:乳腺・内分泌外科 大橋 有紀 先生
場所:公民館 会議室1~3 定員:100名
※共催:済生会千里病院

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 32 0100**

日時:10月21日(火)11時~11時30分
場所:公民館 会議室1~3
定員:20名(先着順)
※申込み不要
※11月は11日(火)11時~

**味噌作り講習会**

米こうじの美味しい味噌を作ります。
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

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:

大豆渡し:11月13日(木)13時~15時
仕込み:11月20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

定員:10名(先着順)

申込み:10月13日(月)~ 電話または窓口

材料費:一口2,000円(出来上がり約3.5kg)

大豆渡し時にお持ちください



消費者被害講座

「悪質商法に気をつけて！」

最近よくあるトラブルについてお話しします

日時:10月30日(木)14時~15時

講師:吹田市消費生活センター相談員

場所:公民館 会議室1~3

協力:古江台青山台地域包括支援センター

サークル紹介 **ご近所 SUN ☀️ café**

どなた様も憩えるコミュニティーカフェ
ゆったり休憩、誰かとおしゃべり etc.
ゆっくりしていただける空間です。

珈琲一杯100円(小菓子付き)

(お子様にはジュースもあります)

日時:10月3日(金)13時~16時

場所:公民館 調理実習室

※11月は7日(金)です

お気軽に
お越し
ください**10月 北千里 図書館だより**

TEL: (06) 6834-2922

〈10月のお休み 10/28(火)〉

★おひざで絵本★~絵本とわらべうた~

8日(水)・25日(土) 1回目 10時30分~10時50分
2回目 11時10分~11時30分

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★

22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:2日(木)・15日(水)

18日(土)・27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)