

北千里地区公民館だより 11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、5日(水)、24日(月)

■運営委員会 11日(火)19時~

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」に掲載しています

楽しい体操

日時:11月8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 ※12月は6日(土)です

助産師さんと産後ママヨガ with ベビー

日時:11月10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)
 ※12月は15日(月)
 [受付開始:11月15日(土)]



12月分申込みフォーム

味噌作り講習会

米こうじのおい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
 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)
 ※定員に達しました
 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



おとなのための 絵本の散歩道

日時:11月14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:10月16日(木)~
 窓口または電話で
 ※12月は12日(金)
 [受付開始11/12(水)]

シニアのためのお役立ち講座

ストレスと どう向き合う?

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

♪親子でリトミック♪

11月分申込みフォーム
 日時:11月20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:10月20日(月)~
 ※12月は11日(木)
 [受付開始:11/12(水)]



12月分申込みフォーム

▼裏面に今月の後半と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

健康体操

日時:11月21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

※12月は19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:11月26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:10月26日(日)～ 窓口または電話で

※12月は24日(水)[申込開始11月26日(水)]



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

講師:大橋 有紀医師(乳腺・内分泌外科)

場所:公民館 会議室1～3

定員:80名

※申込み不要

※共催:済生会千里病院

懐かしの歌声サロン

♪みんなで楽しく歌いましょう♪

日時:12月21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



正月飾りを作ろう!

小さくても本格的な正月飾り(ミ二門松)でお正月を迎えましょう

日時:12月22日(月)14時～

講師:藤本 輝夫さん(千里竹の会)

アシタ:内藤 麻子さん(千里竹の会)

場所:公民館 会議室1・2

定員:20名(要 事前申込み)

材料費:700円(講座当日にお願いします)

持ち物:軍手、雑巾、生け花用はさみ(あれば)、持ち帰り用の袋

申込み:11月22日(土)～窓口または電話(先着順)



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 33 0100

日時:11月11日(火)11時～11時30分

場所:公民館 会議室1～3

※申込み不要



11月 北千里 図書館だより

TEL: (06) 6834-2922

〈11月のお休み 11/25(火)〉

★おひざで絵本★～絵本とわらべうた～

12日(水)・22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★

26日(水) 16時より 対象:4歳以上～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

★お楽しみパック★～テーマ別の本の貸し出し～

1日(土)～10日(月)なくなり次第終了

対象:18歳以上

ブックスタートのひろば



すいぽん◎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:6日(木)・15日(土)

19日(水)

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)