

# 北千里公民館だより 3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、21日(土)

■運営委員会 10日(火)19時~

## 楽しい体操

日時:3月7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  
 ※4月は4日(土)です

## 助産師さんと産後ママヨガwithベビー

日時:3月9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)  
 ※4月は13日(月)[受付開始:3月13日(金)]



4月分申込みフォーム

## おとなのための絵本の散歩道

日時:3月13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:2月13日(金)~窓口または電話で  
 ※4月は講師の都合によりお休みです



## 薬と薬剤師との付き合い方

薬との上手な付き合い方や、  
 薬剤師の役割について話します  
 日時:3月15日(日)10時30分~12時  
 講師:宇都宮 励子さん  
 (一般社団法人 吹田市薬剤師会)  
 場所:公民館 視聴覚室  
 定員:20名  
 申込み:2月15日(日)~  
 窓口または電話で

シニアのためのお役立ち講座

## シニア向け施設の基礎知識

日時:3月15日(日)14時~15時30分  
 講師:山内 徳治さん  
 (株式会社ソナエル 相談員 社会福祉士)  
 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♪

日時:3月19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:2月19日(木)~  
 ※4月は16日(木)  
 [受付開始:3/16(月)]

3月分申込みフォーム



4月分申込みフォーム

## 健康体操

日時:3月20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  
 ※4月は17日(金)です



▼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

## 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:3月25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:2月26日(木)～窓口または電話で  
※4月は22日(水)[申込開始3/22(日)]



## いきいき美容教室

化粧の力で介護予防 健康寿命をのばそう!

日時:3月30日(月)

10時30分～11時30分

講師:資生堂

場所:公民館 会議室1～3

対象:概ね60歳以上(男性も可)

定員:30名

申込み:3月2日(月)～ 窓口または電話で

## 弁護士に聞く終活

～これからの安心のために学ぶ遺言書講座～

相続を「争族」にしないために  
遺言書作成のポイントを解説します

日時:4月12日(日) 10時30分～12時

講師:松島 達弥さん

(いそどり法律事務所)

場所:公民館 会議室1～3

定員:30名(先着順)

申込み:3月12日(木)～

窓口または電話で



## 懐かしの歌声サロン

♪みんなで楽しく歌いましょう♪

日時:4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



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 36 0100

日時:3月3日(火)11時～11時30分

場所:公民館 会議室1～3

※申込み不要



## 3月 北千里 図書館だより

TEL: (06) 6834-2922

〈3月のお休み 3/31(火)〉

★おひげで絵本★～絵本とわらべうた～

11日(木)・28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★

25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

★えほんのじかんユニバーサル★

21日(土) 14時30分より  
対象:どなたでも 先着30人 場所:2階 視聴覚室  
申込不要 14時15分受付開始

## 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: 5日(木)・18日(水)

21日(土)・23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)