

知る・学ぶ・楽しむ・活かす・広がる・繋がる

ひがしおおさかししょうがいがくしゅうじょうほうし  
東大阪市生涯学習情報誌



れいわ ねん がつはっこう  
令和5年10月発行

# まなびにトライ！ だい 第29 号

ねん がつ あき ねん がつ ふゆ  
2023年10月(秋) ▶▶▶ 2024年3月(冬)



れいわ ねん がつ やがい かつどう  
令和5年4月、野外活動センターリニューアルオープン——

テントキャビンやコテージ、トイレ等の  
設備を改修し、快適にご利用いただける  
施設となりました。キャンプ場からは  
大阪平野や市内を見渡すことができ、特に  
夜景は見逃せません。



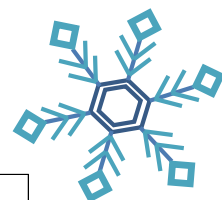
お問い合わせ：自由の森なるかわ(市立野外活動センター)  
電話：072(986)1551 ファクス：072(986)1550

ひがしおおさか たの  
東大阪でアウトドアを楽しもう！

へんしゅう はっこう ひがしおおさかしきょういくいんかいしゃかいきょういくが しゃかいきょういくが  
編集・発行：東大阪市教育委員会社会教育部 社会教育課  
電話：06(4309)3279 ファクス：06(4309)3835

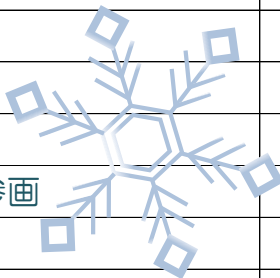


# INDEX



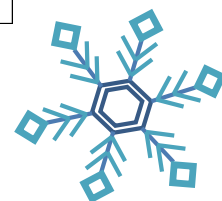
## 【講座・イベント一覧】

スポーツ・レクリエーション	1～4ページ
教養・キャリア	4～6ページ
教育・子育て	6～7ページ
暮らし・健康	7～8ページ
歴史・文学	8～9ページ
人権・平和・男女共同参画	9ページ
文化国際・芸術	9～10ページ
趣味	10～11ページ
リージョンセンター	11ページ
老人センター	12ページ
(後期)市民講座	13ページ
大学	13～14ページ
大阪府立中央図書館	15ページ
市立図書館	15～16ページ



## 【社会教育センターの講座】

東大阪市連携6大学公開講座	17ページ
まちのすぐれもの(市民講座講師登録制度)	18ページ



掲載内容は変更となる場合がありますので、ご了承ください。

各講座・イベント等の詳細については、各問合せ先へご連絡をお願いいたします。

市民の皆さん  
もう追加しましたか？  
東大阪市LINE  
公式アカウント

LINE 東大阪市LINE  
公式アカウント

友だち追加でできること /

- 市内のイベント情報を受け取る
- 市役所での手続きを簡単に調べる
- ごみ出し案内を設定する
- 道路・公園の損傷を通報する

スポーツ・レクリエーション

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
花園ラグビーミュージアム見学	花園ラグビーミュージアム・南スタンドの見学 入館料：大人500円 中高生200円 小学生以下無料	(木・土)10:00~15:00	
花園ラグビー場スタジアムツアー	スタジアムの裏側をご見学いただきます。(スタッフ同行) 料金：大人1,000円 中高生500円 小学生200円	花園ラグビー場までご相談ください。	
HANAZONO ラグビー スキルアップ教室	ラグビーボールを使用したウォーミングアップや全身を使った運動、パス・キャッチ・キック・ランニング等幅広く指導可能【小学1~中学3年生(初心者も可能)】 1回あたり1,100円 定員：20名	(金)18:15~19:15	
タッチフット交流会	2チームに分かれて、タッチフットを実施いたします。 【14歳~60歳対象(18歳以下は保護者の同伴必要、初心者も可)】1回あたり990円 定員：30名	隔週(金)19:30~20:45	
HOS×ライナースアカデミー	ライナースコーチによるラグビー教室 入会金：11,000円		
	【小学3~4年生】 月会費(週1コース)：6,600円	(火)18:00~19:00	
	【小学5~6年生】 月会費(週1コース)：6,600円 (週2コース)：11,000円	(月・木)18:00~19:00	
	【中学1~3年生】 月会費(週1コース)：8,800円 (週2コース)：15,400円	(月・木)19:15~20:35	
HOS×FC大阪 サッカー強化練習会in花園ラグビー場	テーマに沿った内容でサッカーに必要なスキルトレーニング【小学1年生~6年生】1回あたり1,100円 定員：24名	(金)18:20~19:50	
クラシックギターを弾こう	ギターを触ったことがない人でも親切丁寧に教えます！ また、上達してきたらみんなで楽しめませう。【18歳以上】 月会費：3,300円/2回 定員：20名	第2・第4(月) 入門コース 13:00~14:00 入門~上級、集合レッスン 14:30~15:30	
大人のペン字・細字教室	手紙などで必要なペン字と、細筆のコースを選べます。 目指せ！美文字！【18歳以上】 1回あたり1,100円 定員：15名	(月)13:00~14:00	市花園ラグビー場
姿勢改善教室	普段の姿勢を整えることで、腰痛・肩こり等の痛みを和らげることが出来ます！【18歳以上】 1回あたり1,100円 定員：20名	(火)9:45~10:45	
ZUMBA®	世界中の音楽に合わせて身体を動かすダンスフィットネス。楽しみながらエクササイズしませんか？！【18歳以上】 1回あたり1,100円 定員：20名	(金)11:15~12:15	
はじめてのハワイアンフラ	『趣味が欲しい』『美容と健康のために体を動かしたい』 と思った方はぜひご参加ください！楽しいですよ！ 【18歳以上】月会費：3,300円 定員：20名	(火)13:00~14:00	
やさしいパワーヨガ	「肩甲骨」と「股関節」を中心に全身を動かすやさしいパワーヨガです。【18歳以上の女性】 1回あたり1,100円 定員：20名	(火)11:15~12:15	
元ラガーマンが教えるピラティス教室	呼吸を使いながら体の体幹を意識して、クセや歪みを改善し正しい姿勢を取り戻しましょう！【18歳以上】 1回あたり1,100円 定員：20名	(木)9:45~10:45	
SALSATION®	いろいろなジャンルの音楽にあわせて身体を動かしましょう！とても楽しい教室です！【18歳以上】 1回あたり1,100円 定員：20名	(木)11:15~12:15	
血流改善コンディショニング教室	足の冷えやむくみなどを、血流改善エクササイズで緩和できるかも！？【18歳以上】 1回あたり1,100円 定員：15名	(木)14:30~15:30	
リラックスヨガ	心も身体もリラックスして、精神的にもリラックスできます！【18歳以上の女性】 1回あたり1,100円 定員：20名	(金)14:30~15:30	
FC大阪 大人のサッカースクール	FC大阪の所属選手がシュートやパスなどテーマに沿って教えてくれます。最後は皆さんで楽しくミニゲームを行います。【18歳以上】 1回あたり2,200円 定員：30名	(火)19:40~21:00	

上記の問合せ先 市花園ラグビー場 TEL 072-961-3668 FAX 072-961-3661

スポーツ・レクリエーション(つづき)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
市民スポーツの祭典(レクリエーション・ポッチャ大会)	レクリエーション・ポッチャを通じて、参加者同士の触れ合いを深め、楽しみながら自らの健康維持を目指します。	10月8日(日)12:30～	東体育館
市民スポーツの祭典(陸上競技大会)	スポーツの秋！いい汗流して健康生活【小学生以上】 1種目300円 リレー500円(1チーム)	10月9日(祝・月)9:00～	花園中央公園トライスタジアム
市民スポーツの祭典(ソフトテニスの集い)	テニスで日頃の運動不足を解消しましょう！	10月9日(祝・月)10:00～16:00	三ノ瀬公園庭球場
市民スポーツの祭典(リズム体操の集い)	音楽に合わせて体を動かし、リフレッシュ！	10月9日(祝・月)10:30～12:00	東体育館
市民スポーツの祭典(体力・運動能力テスト)	(公財)日本スポーツ協会 公認体力テスト	10月9日(祝・月)13:00～15:30	総合体育館 (東大阪アリーナ)
市民スポーツの祭典(バドミントンの集い)	バドミントンを室内大アリーナで行います！	10月9日(祝・月)13:00～16:00	
クロスカントリー競走大会	寒い中、スポーツで体を温めましょう！【中学生以上】 【一般・高校生】1,500円 【中学生】1,000円	令和6年1月21日(日)11:40～	枚岡公園・生駒山

上記の問合せ先 市民スポーツ支援課 TEL 06-4309-3282 FAX 06-4309-3849

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
成人バドミントン	バドミントン教室【16歳以上】 1回あたり1,120円 1期間10回程度	(月)17:20～18:50	
こどもフラダンス	フラダンス教室【小学生】 1回あたり1,020円 1期間8回程度	(金)17:30～18:20	
はじめてのヨガ	初心者向けヨガ教室【18歳以上】 1回あたり1,020円 1期間10回程度	(月)11:15～12:15	
姿勢改善ピラティス	床で行う全身運動【18歳以上の女性】 1回あたり1,020円 1期間10回程度	(木)11:15～12:25	
はじめてのハワイアンフラダンス	フラダンス教室【中学生以上の女性】 1回あたり1,020円 1期間10回程度	①第1・3(金)19:00～20:15 ②第2・4(金)19:00～20:15	
ハワイアンフラダンス	フラダンス教室【16歳以上の女性】 1回あたり1,020円 1期間10回程度	(土)10:00～11:15	総合体育館 (東大阪アリーナ)
小学生水泳教室Aクラス	水慣れクラスからある水泳教室【年中から小学生】 1回あたり1,210円 1期間10回程度	(月)(水)(木)(金)各曜日16:30～17:30	
小学生水泳教室Bクラス	水慣れクラスからある水泳教室【年中から小学生】 1回あたり1,210円 1期間10回程度	(月)(水)(木)(金)各曜日17:30～18:30	
週4 水泳教室	水泳教室【4泳法25m以上泳げる小中学生】 1回あたり1,070円 1期間10回程度	(月)(水)(木)(金)各曜日17:30～18:30	
成人卓球A夜間	卓球教室【16歳以上】 1回あたり1,020円 1期間10回程度	(水)19:00～20:30	
成人卓球B午前	卓球教室【16歳以上】 1回あたり1,020円 1期間10回程度	(木)10:00～11:30	

上記の問合せ先 総合体育館(東大阪アリーナ) TEL 06-6726-1995 FAX 06-6726-1994

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
ジュニアバトントワリング教室	ジュニアバトントワリング教室【園児・小中学生】 月額：4,400円/4回	(火)16:45～17:35 18:15～19:05 19:10～20:00	
ZUMBA教室	ZUMBA教室【18歳以上の女性】 月額：3,960円/4回	(火)13:30～14:20	東体育館
だれでも簡単ヨガ教室	だれでもヨガ教室【18歳以上の方】 月額：3,960円/4回	(金)14:00～15:00	
やさしいヨガ教室	やさしいヨガ教室【18歳以上の女性の方】 月額：3,960円/4回	(金)15:30～16:30	

上記の問合せ先 東体育館 TEL 072-982-1381 FAX 072-982-2768

## スポーツ・レクリエーション(つづき)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
ロコモ予防体操&ひめトレ	ロコモ予防体操&ひめトレ 月額：4,400円/4回	(水)10:00~11:15	東体育館
ジュニアバスケットボール教室	大阪エヴェッサ講師によるジュニアバスケットボール教室 80分授業【小学生】 月額：6,600円/4回	(水)15:00~16:20 16:30~17:50	
ゆったりヨガ教室	初心者向けヨガ教室【18歳以上女性】 月額：3,960円/4回	(火)14:45~15:30	

上記の問合せ先 東体育館 TEL 072-982-1381 FAX 072-982-2768

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
ジュニアJAZZHIPHOP	ジュニア向けJAZZHIPHOP【小学生~中学生】 月額：4,400円/4回	(土)9:30~10:30	市民ふれあいホール
JAZZダンス	大人向けJAZZダンス【高校生以上】 月額：4,400円/4回	(土)10:45~11:45	
ジュニアバレエ教室	ジュニアバレエ教室【3歳~小学生】 月額：4,400円/4回	(土)10:00~11:00	
はじめてのヨガ教室	初心者向けヨガ教室【18歳以上の方】 月額：3,960円/4回	(水)13:00~14:00	
ZUMBA教室	ズンバ教室【18歳以上の女性】 月額：3,960円/4回	(水)14:10~15:00	
ZUMBAGOLD教室	初心者向けズンバ教室【18歳以上の女性】 月額：3,960円/4回	(金)11:10~12:00	

上記の問合せ先 市民ふれあいホール TEL 072-982-6563 FAX 072-982-6563

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
ヨガストレッチ	ストレッチポールとボールを使い体幹を鍛え、瞑想でココロを整えます。(全9回) 【市内在住・在勤・在学者】参加費：1,500円(9回分)	(土)10:00~11:00	長瀬人権文化センター
ウォーキングストレッチ	ウォーキングストレッチ(トランポリン)で、生活習慣病予防、肩こり、腰痛、膝痛知らず。(全9回) 【市内在住・在勤・在学者】参加費：1,500円(9回分)	(水)10:00~11:00	

上記の問合せ先 長瀬人権文化センター TEL 06-6720-1701 FAX 06-6729-9171

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
地域ふれあいのつどい	障害のあるなしにかかわらず、ゲームや音楽などを通じて交流できるイベント。	11月18日(土)10:00~15:00	総合体育館(東大阪アリーナ)、障害福祉事業所等

上記の問合せ先 障害施策推進課 TEL 06-4309-3183 FAX 06-4309-3815

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
花づくり学習会(後期)	植物についての関心や理解を深めてもらうため、種から花を育成する方法を学ぶ学習会。【自治会・地域緑化団体・公園愛護会など地域の緑化グループが対象】	令和6年3月上旬	花園中央公園温室

上記の問合せ先 みどり景観課 TEL 06-4309-3227 FAX 06-4309-3836

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
ダンス教室(初心者向け)	リズムに合わせて体を動かし、ダンスを通じて仲間との協調性や楽しむ気持ちを育みます。(全10回)小学1~2年生コース、小学3~6年生コース 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第1・3(土)	児童文化スポーツセンター(ドリーム21)
バレエ教室(初心者向け)	初めての方も安心して楽しくバレエを学べ、柔軟性と身体表現を身に付けます。3歳~小学1年生コース、小学2~6年生コース 月額：2,640円	毎週(土)	
けん玉教室(初心者向け)	初めての方も安心できるよう持ち方からお教えさせて頂き、楽しくけん玉を学び、昔ながらの技にもチャレンジして頂きます。(認定会も実施)全10回【小学生以上】参加費：6,600円(初回徴収)	第1・3(土)	

上記の問合せ先 児童文化スポーツセンター(ドリーム21) TEL 072-962-0211 FAX 072-962-0810

## スポーツ・レクリエーション(つづき)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
ものづくり東大阪×ドリーム21	毎月企業とものづくりイベントを開催。地元企業の技を見て体験し、企業の特徴が伝わるようなテーマのものづくりキットを通じて、子どもたちに楽しく工作できる場を提供いたします。 参加費：1個 550円	第1(日)10:00～15:00	児童文化スポーツセンター(ドリーム21)
ものづくり	毎回のテーマをもとに、子どもたちが材料を使って自由に思考し、創作できる工作の場を提供いたします。 参加費：1個 330円	第3(日)10:00～15:00	
ベビーバレエ教室	リズムに合わせて、親子でバレエのおけいこを一緒に始めてみませんか。簡単な動きから始めます。(全10回)【2～3歳児の親子】 参加費：6,600円(初回徴収)	第2・4(水)	
ドリームキッズ教室 ～パパ・ママとの遊びとまなび～	パパ・ママとのからだ遊びとまなび。ボールなどを使い、親子で体をつかって遊びます。【3～6歳】 参加費：1人 550円	第3(日)	
ベビーマッサージ教室	～ゆったりと過ごそう～おじさまの体をマッサージします。ベビーマッサージに癒されますよ。【3～8ヶ月児】 参加費：一人 550円	第3(日)	
キッズマネー教室	学校では教えてくれないお金のことや、正しい金銭感覚とたくましく生きる力を親子で一緒に身につけましょう。 参加費：親子 1,100円	第3(日)	

上記の問合せ先 児童文化スポーツセンター(ドリーム21) TEL 072-962-0211 FAX 072-962-0810

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
野球教室(硬式)	野球を通して礼儀やスポーツマンシップを学びます。【小・中学生】	原則として(土・日・祝)9:00～、(火～金)15:00～	長瀬青少年運動広場

上記の問合せ先 長瀬青少年センター TEL 06-6727-1200 FAX 06-6729-9787

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
野球教室(硬式)	野球を通して礼儀やスポーツマンシップを学びます。【中学生】	原則として(土・日・祝)9:00～、(水・木)18:00～	荒本青少年運動広場

上記の問合せ先 荒本青少年センター TEL 06-6788-8451 FAX 06-6789-2502

## 教養・キャリア

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
絵てがみ教室	水彩絵の具、色エンピツ、クレヨンでお好きな絵を描きます。(全6回)【市内在住・在勤・在学者】参加費：1,000円(6回分)	(土)13:30～15:00	長瀬人権文化センター
着付教室	着物の基礎を習得。初心者の方も、講師が丁寧に指導します。(全9回)【市内在住・在勤・在学者】参加費：3,000円(9回分)	(月)19:00～21:00	

上記の問合せ先 長瀬人権文化センター TEL 06-6720-1701 FAX 06-6729-9171

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
パソコン初級(1)	ワードの基礎とエクセルの基本操作【母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦】教材費：8,000円	10月22日～12月17日の 毎週(日)10:00～16:00 (11月12日休み)	高槻市総合市民交流センター
パソコン初級(2)	ワードの基礎とエクセルの基本操作【母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦】教材費：8,000円	令和6年1月13日～3月2日の 毎週(土)10:00～16:00	未定
日商簿記3級	日商簿記3級試験対策講座【母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦】教材費：5,000円	11月11日～令和6年1月27日の 毎週(土)10:00～16:00 (12月30日休み)	大阪府立母子・父子福祉センター

上記の問合せ先 大阪府立母子・父子福祉センター TEL 06-6748-0263 FAX 06-6748-0264

## 教養・キャリア(つづき)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
バイオリン教室(初心者向け)	バイオリンの持ち方や弾き方から始まり、音出し音階、楽譜を読む、と段階的に楽しく学びます。(全10回)【小学2年～6年生】 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第1・3(土)	児童文化スポーツセンター(ドリーム21)
キーボード教室(初心者向け)	鍵盤の上で指の使い方と動かし方、音符の読み方やリズムの取り方を楽しく学びます。(全10回)【小学2年～6年生】 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第1・3(土)	
ミュージック教室(初心者向け)	発声練習やリズムの取り方を学び、合唱やカラオケを楽しめる自分の素敵な声をさがせるよう、お手伝いします。(全10回)小学2年～3年生コース、小学4年～6年生コース 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第1・3(土)	
水彩アート教室(初心者向け)	水彩絵の具を使って題材の絵を描きます。描く手順、塗り方を学び、絵を書くことに自信を持ち、楽しく取り組みます。(全8回)小学3年～4年生コース、小学5年～6年生コース 参加費：6,600円(初回徴収・8回分)	第1・3(土)	
囲碁教室(初心者向け)	ルールは簡単。たくさん石と陣地を取れるかな。囲碁で創造力、判断力を養い、コミュニケーション力を伸ばします。(全10回)【小学1年～6年生】 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第1・3(土)	
かるた教室(初心者向け)	百人一首を使う競技かるたです。少ない札から始めます。人気マンガの世界を楽しみましょう。(全10回)小学1年～3年生コース、小学4年～6年生コース 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第1・3(土)	
絵手紙教室	「絵と短い言葉で」あたたかい想いを伝えましょう。個性あふれる絵手紙をかきます。(全10回) 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第1・3(土)	
サイエンスゲーツ教室	理科実験実施型教室。科学の驚きや感動、発見する楽しさを通じて理科を好きになり、知識や課題発見・探究・解説する力を育みます。小学1年～3年初級コース、小学4年～6年生中級コース 月額：7,150円(2,200円のテキスト代含む)	初級:第1・3(日) 中級:第2・4(日)	
色鉛筆アート教室(初心者向け)	色鉛筆を使って題材の絵を描きます。描く手順を学び、絵を描くことに自信を持つことで、楽しく取り組みます。(全8回)小学1年～2年生コース、小学3年～6年生コース 参加費：6,600円(初回徴収・8回分)	第2・4(土)	
将棋教室(初心者向け)	初心者コースでは駒の名前、使い方、基本の指し方から学び、対局実践コースでは実践的な駒の進め方を学べます。(全10回) 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第2・4(土)	
習字教室(初心者向け)	学年に応じて硬筆や毛筆を使い、字を書くコツを学びます。(全10回)小学1～2年生コース、小学3～6年生コース 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第2・4(土)	
演劇教室(初心者向け)	「演じる」という体験を通して、未来の子どもたちに重要な自己表現する力を育みます。発表会も計画いたします。(全10回) 参加費：13,200円(初回徴収・10回分)	第2・4(土)	
ハンドベル教室(初心者向け)	楽譜を読み仲間を聞きアンサンブルを楽しみます。(全10回)小学1年～2年生コース(ミュージックベル)/小学3年～6年生コース(ハンドベル) 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第2・4(日)	
カリンバ教室(初心者向け)	持ち方や弾き方を学び、仲間とアンサンブルを楽しみます。簡単に音が出て、自宅でも手軽にできる楽器です。(全10回)【小学3年～6年生】(カリンバの持参をお願いします) 参加費：6,600円(初回徴収)	第2・4(日)	
どきどき生物教室(初心者向け)	身近な植物や生き物を題材に、生物の不思議を、自然科学の大切さを学びます。(全10回)小学3年～4年生コース、小学5年～6年生コース 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第2・4(日)	
世界のボードゲーム教室(初心者向け)	世界で遊ばれているボードゲームを紹介し、実際に遊びを体験します。学習を通じて、世界の遊びを学びます。(全10回)【小学1年～6年生】 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第2・4(日)	

上記の問合せ先 児童文化スポーツセンター(ドリーム21) TEL 072-962-0211 FAX 072-962-0810

## 教養・キャリア(つづき)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
パズル教室	～たのしいパズルで頭のトレーニング～数や図形の問題を解いたり、パズルを作り、答えを考える事で「手順を踏む/物事を幅広く/じっくり考える」力を養います。(全10回) 【小学3年～6年生対象】参加費：6,600円(初回徴収)	第2・4(日)	児童文化スポーツセンター(ドリーム21)
DJ教室(初心者向け)	DJは音楽と音楽を結びつける役割があり、どんな音楽も柔軟に結びつけられます。技を身に付け、仲間の音楽も楽しめます。(全10回) 小学1年～2年生コース、小学3年～6年生コース 参加費：6,600円(初回徴収・10回分)	第2・4(日)	
小学生英会話教室(初心者向け)	聞く・読む・書くの第一歩を学ぶ初心者向けコース。ネイティブの先生から英会話の指導があります。【小学1年～6年生】 月額：5,280円	毎週(日)	
さんすう教室(初心者向け)	タブレット使用による裁量学習制。これからのAI時代を生き抜くために子どもたちに必要な数学力の習得を目標としたプログラムです。やればやるほど算数が好きになり、成績のUPにもつながります。※指定タブレットが必要 【幼稚園年中～小学6年生】月額：3,300円	毎週(日)	

上記の問合せ先 児童文化スポーツセンター(ドリーム21) TEL 072-962-0211 FAX 072-962-0810

## 教育・子育て

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
第1回子育てふれあい祭り	手作りおもちゃや遊びコーナー【就学前乳幼児と保護者】	10月1日(日)9:45～10:45	石切子育て支援センター
1周年記念イベント	げんきお兄さんのあそび歌ライブ 【就学前乳幼児と保護者】	10月1日(日)11:15～12:00	
ハッピークリスマス会	スキップ楽団のゆかいな音楽会【就学前乳幼児と保護者】	12月6日(水)10:00～11:15	

上記の問合せ先 石切子育て支援センター TEL 072-940-7009 FAX 072-940-7014

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
子育てふれあい祭り	手作りおもちゃや遊びコーナー【就学前乳幼児と保護者】	11月3日(祝・金)10:00～12:00	ももの広場
クリスマス会	「クッキーズによるクリスマスコンサート」 【就学前乳幼児と保護者】	12月4日(月)10:30～11:30	
10周年記念コンサート	「心ほかほかコンサート」【就学前乳幼児と保護者】	令和6年1月31日(水)10:30～11:30	

上記の問合せ先 桶根子育て支援センター TEL 06-4306-4151 FAX 06-4306-3080

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
運動会	わいわい広場でミニ運動会【就学前乳幼児と保護者】	10月6日(金)	旭町子育て支援センター
子育てふれあい祭り	リュックサック劇場・三線と唄ミニライブ 【就学前乳幼児と保護者】	10月29日(日)10:00～12:00	
クリスマス会	わいわい広場でクリスマス会【就学前乳幼児と保護者】	12月5日(火)	
人形劇	京芸「のほほんカーニバル」	11月22日(水)10:30～11:15	市民ふれあいホール

上記の問合せ先 旭町子育て支援センター TEL 072-980-8871 FAX 072-985-1055

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
クリスマス会	クリスマスコンサート【就学前乳幼児と保護者】	12月13日(水)10:15～11:30	グリーンパル(中鴻池リージョンセンター)

上記の問合せ先 鴻池子育て支援センター TEL 06-6748-8251 FAX 06-6743-0577

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
子育てふれあい祭り	ボールあてやさかな釣りなど【就学前乳幼児と保護者】	10月24日(火)、25日(水)	長瀬子育て支援センター
クリスマス会	クリスマス制作や出しもの【就学前乳幼児と保護者】	12月6日(水)～8日(金) 9:30～11:30	

上記の問合せ先 長瀬子育て支援センター TEL 06-6728-1800 FAX 06-6728-2413

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
親子向けイベント	トライ君との記念撮影、大型絵本の読み聞かせなど親子で遊べるイベント。	11月28日(火)10:00～12:00	布施駅前リージョンセンター(夢広場)

上記の問合せ先 子ども相談課 TEL 06-4309-3197 FAX 06-4309-3818



教育・子育て(つづき)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
ペアレントトレーニング	子どもの行動変容を促し、子育てのヒントを学ぶ連続講座【発達に課題のある4～6歳児の保護者】	10月24日～11月21日の 毎週(火)、令和6年1月23日(火) 10:00～11:30(全6回)	若江岩田駅前市民プラザ (くすのきプラザ)

上記の問合せ先 地域支援課 TEL 06-4309-3252 FAX 06-4309-3818

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
教育講演会	保育の見学と子育て講演会	11月28日(火) 9:00～12:00(予定)	石切幼稚園

上記の問合せ先 学校教育部教育センター TEL 06-6727-0112 FAX 06-6729-8261

くらし・健康

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
くらしの情報セミナー	脳を鍛える 脳トレーニング【市内在住】	10月13日(金)13:30～15:30	消費生活センター
くらしの情報セミナー	かしこい商品選択 ～景品表示法とは～【市内在住】	11月	
くらしの情報セミナー	スマホの安全な使い方講座【市内在住】	令和6年1月	
東大阪市消費生活展	語ろう 学ぼう 楽しもう かしこい消費者になるために！をテーマに、消費者団体による活動成果のパネル展示や、食器の物々交換、手作りコーナーなど	11月11日(土)10:00～15:00	

上記の問合せ先 消費生活センター TEL 072-965-6002 FAX 072-962-9385

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
からだによい食べ方講座&運動講座	フレイル(加齢に伴う心身の活力低下)予防の栄養講話・運動実習など(2回1コース)【65歳以上】	11月29日(水)、12月6日(水) 13:30～15:00	ゆうゆうプラザ(日下リ ジョンセンター)
やまなみ歩こう会	「らくらく登山道」など皆で楽しくウォーキング 入会金：800円(ワッペン代等)年会費：1,500円(お便り郵 送代等)	月3回(不定期)	四条リジョンセンター (やまなみプラザ)前に集 合
血糖値を下げる教室	血糖値を改善するための生活習慣や食事の話、運動実習な ど(3回1コース)【血糖値が高めの方】	10月2日、16日、30日 いずれも(月)13:30～15:30	東保健センター
成人歯科相談	20歳以上の市民を対象に歯科医師の診察と歯科衛生士の指 導	第4(金)9:30～11:00予約制	
健推会	健康増進のため、ラジオ体操、タオル体操、健脳エクササ イズなど	おおむね第1(金) 13:30～15:00	

上記の問合せ先 東保健センター TEL 072-982-2603 FAX 072-986-2135

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
血糖値を下げる教室	血糖値を改善するための生活習慣や食事の話、運動実習な ど(3回1コース)【血糖値が高めの方】	令和6年2月6日、13日、27日 いずれも(火)13:30～15:30	中保健センター
からだによい食べ方&運動講座	フレイル予防のための食事の話と筋トレの紹介など(2日間 1コース)【65歳以上】	①10月11日(水)、25日(水) ②令和6年2月28日(水)、3月13 日(水)13:30～15:30	
カラダ改善チャレンジ講座	自分の体をリセットする食事の話や運動実習(4回1コース) 【40歳以上】	第3(木)13:30～15:30	
中保健センター ラジオ体操の会	正しいラジオ体操を学び、普及啓発活動を実施	依頼により出張講座	

上記の問合せ先 中保健センター TEL 072-965-6411 FAX 072-966-6527

くらし・健康(つづき)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
劇回り〜ん	劇・人形劇という手段を用いて、禁煙・生活習慣病予防・認知症予防等の啓発活動を実施	依頼により出張講座	中保健センター
糖尿病食事学習会	糖尿病の食事療法についての学習	11月22日(水) 13:30~15:30	
成人歯科健康相談	歯科医師が診察した結果とご自身の年齢平均との比較を説明(事前予約制)【20歳以上】	毎月第1(木)9:20~10:45	
いま知りたい 食を学ぶ講座	①地球のために考えよう 食品ロス ②見直そう!備えよう!防災食	①10月10日(火) ②令和6年1月9日(火) 13:30~15:30	
きらりウォーク短距離コース	健康の保持増進と親睦を深める活動 一回50円(保険代)	毎月第1(水)9:30~11:30 ※令和6年1月は休み	集合場所、ウォーキングコースはお問合せください

上記の問合せ先 中保健センター TEL 072-965-6411 FAX 072-966-6527

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
血糖値を下げる教室	血糖値を改善するための生活習慣や食事の話、運動実技など(3回1コース)【血糖値が高めの方】	11月13日・27日・12月4日 いずれも(月) 13:30~15:30	西保健センター
健康トライ応援隊	つんく体操、がん予防など地域の健康づくりの輪を広げるため、学習やボランティア活動	毎月第3(水) 10:00~11:30 8月休み	
健康ウォーキングやまぶみ会	生駒山系や奈良方面等多様なコースを楽しくウォーキング【成人の方】1600円(6か月分会費・保険代・名札代含む)	毎月3回(水) 8月休み	
からだに良い食べ方&運動講座	フレイル(加齢に伴う心身の活力低下)予防の栄養講話・運動実習等(3回1コース)【65歳以上】	令和6年1月18日・2月8日・3月7日 いずれも(木) 13:30~15:00	
成人歯科健康相談	歯科医師が診察した結果とご自身の年齢平均との比較を説明(事前予約制)【20歳以上】	毎月第4(水)9:30~11:45	

上記の問合せ先 西保健センター TEL 06-6788-0085 FAX 06-6788-2916

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
COPD講演会	内容未定【市内在住】	11月16日(木)14:00~	男女共同参画センター・イコラーム

上記の問合せ先 健康づくり課 TEL 072-960-3802 FAX 072-970-5821

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
普通救命講習Ⅰ【中消防署】	心肺蘇生法やAEDの使用法、異物除去などの応急手当を学ぶ講習【原則中学生以上】	10月14日(土)9:00~12:00 令和6年1月20日(土)13:00~16:00	消防局 防災学習センター
普通救命講習Ⅰ【東消防署】		11月19日(日)9:00~12:00 令和6年2月25日(日)13:00~16:00	東消防署 2階研修室
普通救命講習Ⅰ【西消防署】		12月13日(水)18:00~21:00 令和6年3月17日(日)9:00~12:00	西消防署 3階会議室

上記の問合せ先 中消防署 TEL 072-966-0119 FAX 072-966-6465

東消防署 TEL 072-983-0119 FAX 072-985-6503

西消防署 TEL 06-6788-0119 FAX 06-6788-1374

歴史・文学

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
ゆとりーと寄席	落語を聞いたことがない方も、普段から落語を聞かれている方も楽しめる会です。古典落語 参加費：700円	毎月第2(金) 18:30~	勤労市民センター (ユトリート東大阪)

上記の問合せ先 勤労市民センター(ユトリート東大阪) TEL 06-6721-6000 FAX 06-6721-1212

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
祭礼展	ミニチュア布団太鼓・だんじりや祭礼関連品の展示	10月3日(火)~10月29日(日)	旧河澄家
東大阪市の古民家めぐり	旧河澄家を含む東大阪市の古民家4軒のガイドツアー	10月7日(土)12:30~16:00	
郷土の歴史講座「水の歴史回廊・古大和川と人々のくらし」	~政治の治は”治水”の治~ 古大和川の川違えについての講演	10月29日(日)13:00~15:00	

上記の問合せ先 旧河澄家 TEL 072-984-1640 FAX 072-984-1640

## 歴史・文学(つづき)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
万葉の花写真展	万葉集で詠まれた四季の花の写真展	11月3日(祝・金)～11月26日(日)	旧河澄家
河内木綿糸紡ぎ機織り体験会	旧河澄家の畑で育てた河内木綿の綿を使い、綿繰り、綿打ち、糸紡ぎで糸にして、機織りまでの工程を体験	11月5日(日)13:00～15:00	
万葉の花講座	万葉集で詠まれた四季の花に関する講座	11月12日(日)13:00～15:00	
筑前琵琶弾き語り	筑前琵琶奏者による筑前琵琶に関する解説と弾き語り	11月19日(日)13:00～15:00	
秋季ハイキング —日下周辺の史跡めぐり—	日下周辺の史跡を巡るハイキング	11月26日(日)9:30～12:30	
古民家再生講座	古民家の歴史に関する講演及び古民家再生事例と技術紹介	令和6年1月	
桃の節句展	古民家の座敷に雛人形約10組の展示	令和6年2月17日(土)～3月10日(日)	

上記の問合せ先 旧河澄家 TEL 072-984-1640 FAX 072-984-1640

## 人権・平和・男女共同参画

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
いこう！らむカレッジ	社会問題を男女共同参画の視点で学ぶ講座【市内在住・在勤・在学の方】	10月7日(土)、11月25日(土)	男女共同参画センター・イコラーム
女性に対する暴力をなくす運動のつどい・パネル展	女性に対する暴力防止の啓発パネル、パープルツリーの設置など、展示を通して女性に対する暴力の防止に関する理解を深める。	11月12日(日)～25日(土)	
こころとからだ講座	生涯を通じた男女の健康増進を目的として、ライフステージに応じたこころとからだの変化を知り、その対処法を学ぶ講座【市内在住・在勤・在学の方】	12月2日(土) (予定)	
女性応援セミナー	女性の自分らしい生き方を支援する講座【市内在住・在勤・在学の女性】	12月16日(土) (予定)	
いこう！らむシネマ	映像作品を通して男女の生き方を考える講座【市内在住・在勤・在学の方】	令和6年1月17日(水) (予定)	

上記の問合せ先 男女共同参画センター・イコラーム TEL 072-960-9201 FAX 072-960-9207

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
拉致問題啓発講演会	内容未定	12月8日(金)	男女共同参画センター・イコラーム
平和と人権のつどい	内容未定	11月24日(金)	東大阪市文化創造館(小ホール)
平和と人権展&識字展	市内園児・小中学生・高校生の人権作品展及び識字学級生等の作品展	12月2日(土)～3日(日)	児童文化スポーツセンター(ドリーム21)
市民人権講座 第3期	身近な人権問題を取り上げた少人数講座(講師:未定)	10月～11月	未定
市民人権講座 第4期	身近な人権問題を取り上げた少人数講座(講師:未定)	令和6年2月～3月	未定

上記の問合せ先 人権啓発課 TEL 06-4309-3156 FAX 06-4309-3823

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
障害者週間キャンペーン	障害者週間アート展及び障害福祉事業所による販売会(予定)	12月3日(日)～9日(土)時間未定	未定

上記の問合せ先 障害施策推進課 TEL 06-4309-3183 FAX 06-4309-3815

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
識字展	各学級の作品展	①11月27日(月)～28日(火) ②11月29日(水)～12月1日(金)	①永和図書館 ②市役所1階 ロビー

上記の問合せ先 社会教育課 TEL 06-4309-3279 FAX 06-4309-3835

## 文化国際・芸術

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
安全・安心まちづくりコンサートin東大阪	大阪府警察の防犯教室、大阪府警察音楽隊によるコンサート	令和6年2月23日(祝・金)	東大阪市文化創造館(大ホール)

上記の問合せ先 危機管理室 TEL 06-4309-3130 FAX 06-4309-3858

## 文化国際・芸術(つづき)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
プチプチで遊ぼう！遊んで作ってファッションショー	触って楽しいプチプチ素材を使ってオリジナル衣装作り	10月28日(土) 13:30～15:00	東大阪市文化創造館 1階 創造支援室D1
チューバのひびき	縁の下の力持ちとしてオーケストラや吹奏楽などでみんなを支えるチューバの音色を思う存分楽しめるコンサート	11月4日(土) 14:00～	東大阪市文化創造館 多目的室
第1回 東大阪市民民ミュージカル	一般公募で集まった方々が出演する東大阪を舞台にしたオリジナルミュージカル	11月26日(日) 14:00～	東大阪市文化創造館 Dream House大ホール
親子de一緒にクリスマスファミリーコンサート	0歳から入場OKのクリスマスコンサート	12月16日(土) 14:00～	東大阪市文化創造館 多目的室

上記の問合せ先 東大阪市文化創造館 TEL 06-4307-5772 FAX 06-4307-5778

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
バルーン体験教室	カラーバルーンでハロウィンのキャラクター作りを体験	10月9日(祝・月) 13:00～15:00	旧河澄家
秋祭りワークショップ & だんじり囃子実演	祭りに関連する手作り体験、及びだんじり囃子実演	10月15日(日) 13:00～15:00	
立体切紙作り体験	地域の立体切紙作家指導による動物等の切紙作品作り	12月10日(日) 13:00～15:00	
書道展	地域の書家とその生徒による書道作品展示	12月14日(木)～令和6年1月14日(日)	
書道教室	地域の書家指導による書道教室体験	令和6年1月	
クリスマス会	大学生指導によりクリスマスに因んだ各種ゲーム体験	12月17日(日) 13:00～15:00	
墨彩画展	地域の墨彩画作家による作品展示	令和6年1月20日(土)～2月12日(祝・月)	
陶芸展	地域の陶芸家と工房の生徒による陶芸作品展示	令和6年3月中旬～4月中旬	
陶芸体験教室	地域の陶芸家指導による陶芸作品作り体験会	令和6年3月中旬	

上記の問合せ先 旧河澄家 TEL 072-984-1640 FAX 072-984-1640

## 趣味

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
半紙に描く「書と季節絵」	書と季節絵の書画を習いたい方【16歳以上】 1回あたり1,530円 1期間8回程度	第1・第3(水) 10:00～11:30	総合体育館(東大阪アリーナ)
四柱推命	占い教室【18歳以上】 1回あたり1,020円 1期間8回程度	第1・第3(水) 10:00～11:00	
目からウロコの写真術	初心者から一眼レフを使いこなしたい方【18歳以上】 1回あたり1,530円 1期間4回程度	月1回(土) 13:00～16:00	
こどもフラワーアレンジメント	親子又はお孫さんと受講可【3歳以上の子と保護者1名】 1回あたり1,020円 1期間4回程度	月1回(土) 13:30～14:30	

上記の問合せ先 総合体育館(東大阪アリーナ) TEL 06-6726-1995 FAX 06-6726-1994

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
絵画教室	絵を描きます。(講師あり、スタッフの補助あり) 【18歳以上で身体障害者手帳または療育手帳をお持ちの方】	毎週(月) 10:00～11:30	長瀬障害者センター
書道教室	筆で字を書きます。(講師あり、スタッフの補助あり) 【18歳以上で身体障害者手帳または療育手帳をお持ちの方】	第1・第3(木) 10:00～11:30	
レザークラフト教室	課題作品を作ります。(スタッフの補助あり) 【18歳以上で身体障害者手帳または療育手帳をお持ちの方】	第2・第4(月) 13:30～15:00	

上記の問合せ先 長瀬障害者センター TEL 06-6720-5382 FAX 06-6720-5700

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
健康教室	ヨガで心と体をほぐします。 【18歳以上65歳未満で身体障害者手帳をお持ちの方】	毎月第1(水) 14:00～15:00	荒本障害者センター
レザークラフト教室	課題作品を作ります。 【18歳以上65歳未満で身体障害者手帳をお持ちの方】	10月の毎週(金) 14:00～15:00	

上記の問合せ先 荒本障害者センター TEL 06-6788-7577 FAX 06-6782-3709

## 趣味(つづき)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
カラオケ教室	課題曲を歌います。 【18歳以上65歳未満で身体障害者手帳をお持ちの方】	11月の毎週(水) 14:00～15:00	荒本障害者センター
歌声教室	自由選曲 【18歳以上65歳未満で身体障害者手帳をお持ちの方】	12月・令和6年1月の毎週(水) 14:00～15:00	
DIY教室	課題作品を作ります。 【18歳以上65歳未満で身体障害者手帳をお持ちの方】	11・12月の毎週(金) 14:00～15:00	
陶芸教室	自由に作品を作ります。 【18歳以上65歳未満で身体障害者手帳をお持ちの方】	令和6年2月の毎週(水) 14:00～15:00	
フェルトマスコット教室	自由に作品を作ります。 【18歳以上65歳未満で身体障害者手帳をお持ちの方】	令和6年1月の毎週(金) 14:00～15:00	
ハーバリウム・レジン・箱庭教室	自由に作品を作ります。 【18歳以上65歳未満で身体障害者手帳をお持ちの方】	令和6年2月の毎週(金) 14:00～15:00	
ペーパークラフト教室	自由に作品を作ります。 【18歳以上65歳未満で身体障害者手帳をお持ちの方】	令和6年3月の毎週(金) 14:00～15:00	

上記の問合せ先 荒本障害者センター TEL 06-6788-7577 FAX 06-6782-3709

## リージョンセンター企画運営委員会

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
ゆうゆう倶楽部	クリスマスコンサート	12月16日(土) 13:00～16:00	日下リージョンセンター (ゆうゆうプラザ)

上記の問合せ先 日下リージョンセンター TEL 072-986-9293  
休館日 第2・4木、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
ぶらりのんびり町あるき	市内の遺跡等を見学しながら、のんびりまち歩き	10月28日(土) 9:30～12:00(予定)	四条リージョンセンター (やまなみプラザ)

上記の問合せ先 四条リージョンセンター TEL 072-988-3107  
休館日 第1・3水、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
年忘れ演芸のつどい	講談と落語で心のリフレッシュ 参加費500円	12月16日(土) 13:30～15:30	中鴻池リージョンセンター(グリーンバル)

上記の問合せ先 中鴻池リージョンセンター TEL 06-6744-2748  
休館日 第1・3木、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
20周年記念事業	式典・舞台発表(イコラームホール)(3月10日) 20年の歩みを展示物で紹介(5階ホール、会議室)	令和6年3月9日(土)、3月10日(日)	若江岩田駅前リージョンセンター(くすのきプラザ)

上記の問合せ先 若江岩田駅前リージョンセンター TEL 072-967-6565  
休館日 第2・4水、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
遊友(ゆうゆう)高齢者支援事業	健康体操・軽作業・健康測定等 東大阪市西保健センター協力 参加無料(活動保険代徴収有)	第1(火) 13時～15時	楠根リージョンセンター (ももの広場) 4階多目的ホール

上記の問合せ先 楠根リージョンセンター TEL 06-6745-9141  
休館日 第1・3水、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
クリスマスコンサート	クリスマスソングを中心に楽器演奏やコーラスなど	12月17日(日)	布施駅前リージョンセンター(夢広場)

上記の問合せ先 布施駅前リージョンセンター TEL 06-6784-2014  
休館日 第2・4水、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
フェスタ	サークル展、サークル舞台発表、子ども広場、模擬店	10月7日(土)、10月8日(日)	近江堂リージョンセンター(はすの広場)

上記の問合せ先 近江堂リージョンセンター TEL 06-6730-5723  
休館日 第2・4木、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

老人センター 休館日:日・祝・年末年始(12月29日～翌年1月3日)

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
クラブ活動発表会	利用者の皆さんが日頃の趣味の教室での成果を披露する場として舞台発表や作品展示(お茶席)を行います。	舞台発表:11月10日(金) 作品展示:11月15日(水)・16日(木) 10:00～15:00(予定)	五条老人センター

上記の問合せ先 五条老人センター TEL 072-985-3751

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
元気体操教室	簡単な運動で体を動かす教室です。動きやすい服装でお越しください。持ち物:体育館シューズ	第3(土)13:30～15:00 ※12月・令和6年3月休み	荒本老人センター

上記の問合せ先 荒本老人センター TEL 06-6788-2214

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
2023年文化祭	各種教室や同好会の舞台発表、作品展示および茶席の提供	11月15日(水)・16日(木) 10:00～16:00 (茶席は13:00～先着順)	八戸の里老人センター

上記の問合せ先 八戸の里老人センター TEL 06-6724-6220



講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
フラダンス教室	未経験者対象のレッスンです。 教材費:1,500円	第1・3(木)9:30～11:30	長瀬老人センター

上記の問合せ先 長瀬老人センター TEL 06-6720-5653

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
第27回弥生祭り(クラブ活動発表会)	当センターで実施しているクラブ活動の舞台発表・作品展示を行うとともに、様々なイベントを催し利用者や地域との交流及び世代間交流を図る。	3月8日(金)10:00～15:00 3月9日(土)10:00～15:00	角田総合老人センター
楽しくトライ体操	楽しくトライ体操と脳トレ・レクリエーション	第3(金) 10:00～11:00	
eスポーツ広場	家庭等ゲーム機を使ってボーリングやカーレース・脳トレなど楽しみながら社会参加や交流にも繋がります。	(月～金) 13:30～15:30 (午前については要相談)	

上記の問合せ先 角田総合老人センター TEL 072-962-8011

講座・イベント	内容【対象】	日時	場所
転ばないためのがんばる体操	講師は柔道整復師 足腰を中心に音楽に合わせた体操	12月、令和6年1月、3月第2(水) ①10:00～10:45 ②11:00～11:45	高井田老人センター
楽しくトライ体操	楽しくトライ体操と脳トレ・レクリエーション	令和6年1月18日、2月29日、3月21日いずれも(木)10:00～11:30	

上記の問合せ先 高井田老人センター TEL 06-6789-3751

市民講座

申込方法：ハガキまたはパソコン(インターネット申込) ※詳細は、市政だより10月号に掲載予定です。

講座・イベント	内容【対象】	日時	備考
LINE講座(午前の部) ～あなたもスマホの達人に～	初心者でも大丈夫。一番使われているアプリ「LINE」を使いこなし、スマホの達人を目指しましょう。【らくらくホンは対象外】 受講料：700円(教材費) 定員：15名	11月1日、8日、15日、22日いずれも(水) 10:00～12:00	申込締切：10月10日(火)
LINE講座(午後の部) ～あなたもスマホの達人に～	初心者でも大丈夫。一番使われているアプリ「LINE」を使いこなし、スマホの達人を目指しましょう。【らくらくホンは対象外】 受講料：700円(教材費) 定員：15名	11月1日、8日、15日、22日いずれも(水) 13:00～15:00	申込締切：10月10日(火)
らくらく健康体操 ～動きやすい身体を取り戻そう！～	年々増えがちな肩・腰・ひざの不具合や体のだるさを、さすったり、揺らしたりしながら解消する体操です。省エネかつ隙間時間でできる調整方法で解消します。 受講料：無料 定員：20名	11月6日、13日、20日、27日いずれも(月) 13:30～14:30	申込締切：10月10日(火)
らくらく脂肪燃焼エクササイズ	脂肪を燃焼するための簡単なエクササイズ(エアロビクス)と太りにくい身体づくりのための基礎代謝量のアップを目指す筋トレを行います。軽い準備運動から少し汗が滲む程度のエクササイズです。 受講料：無料 定員：20名	11月9日、30日、12月7日、14日いずれも(木) 13:30～14:30	申込締切：10月10日(火)
健康に関するツボ講座	「ツボとは?」「刺激方法は?」そんな身近な内容から、身体の不調をケアするためのツボや養生法を学びます。健康的に過ごすため、日常に東洋医学を取り入れてみませんか? 受講料：無料 定員：15名	11月10日、17日、24日、12月1日いずれも(金) 13:30～14:30	申込締切：10月10日(火)
歴史探訪13 ～歴史のロマンを～	市内・生駒・堺・京の歴史をさぐる旅。5回のうち2回は座学・3回は現地を巡ります。 受講料：無料(交通費・拝観料等は実費) 定員：30名	11月9日、16日、30日、12月7日、14日いずれも(木)	申込締切：10月10日(火)
アウトドア体験 ～新しくなった野外活動センターへ行ってみよう！～	令和5年4月にリニューアルオープンした東大阪市立野外活動センターで、アウトドア体験をしてみましょう。大阪平野を一望できるキャンプサイトやコテージ、新設のテントキャビンの見学に加え、アウトドアクッキングや自然体験プログラムで楽しく過ごしましょう。【4歳児以上(要保護者同伴のこと【但し中学生以上は同伴不要】) 受講料：1,500円(食材費・施設使用料) 定員：17名	11月11日(土) 9:00～17:00 開催場所：東大阪市立野外活動センター 集合場所：社会教育センター現地へはバスで移動	申込締切：10月10日(火)

上記の問合せ先 社会教育センター TEL 06-6789-4100 FAX 06-6789-5212

大阪樟蔭女子大学

〒577-8550 東大阪市菱屋西4-2-26  
近鉄奈良線「河内小阪」駅下車 徒歩4分  
JRおおさか東線「JR河内永和」駅下車 徒歩5分

くすのき地域協創センター 【E-mail】 k-kusunoki@osaka-shoin.ac.jp  
【申込先 大学ホームページ】 <https://www.osaka-shoin.ac.jp/univ/event/>

申込・問合せ先 【TEL】 06-6723-8237

※各講座の申込方法や詳細は、上記の大学ホームページをご確認ください。  
※感染症対策のため講座を中止とする場合は、上記の大学ホームページでご案内いたします。

講座名	講師	日時	備考
大学院化粧ファッション学専攻 ①「古着を楽しむ。一着を大切に暮らそう」 ②「近代日本の化粧品広告からみる子どもたち」	①福本 哲也 教授 ②小出 治都子 講師	①10月14日(土) ②12月9日(土) いずれも10:30～12:00	受講料：無料 申込締切： ①10月11日(水) ②12月6日(水)
読書へのいざない パートⅣ ①ポップ作りに挑戦！ ②「しゃべくり漫才」誕生秘話を読み解く ③江戸川乱歩の短編を読む ④おもしろ随筆『徒然草』を読む	①嶋崎 さや香 准教授 ②古川 綾子 准教授 ③奈良崎 英穂 教授 ④長谷 あゆす 准教授	①令和6年1月27日 ②令和6年2月3日 ③令和6年2月17日 ④令和6年2月24日 全て土曜日10:40～12:10	受講料：各回1,000円 申込締切：①②令和6年1月10日(水) ③④令和6年1月31日(水)
第22回心の相談コロキアム 「関係とは、なぜ難しいのか?」	北口 雄一 氏(北口分析プラクシス)	令和6年1月27日(土) 13:30～15:30	受講料：無料 申込締切：令和6年1月19日(金)
シェフ坂根正史の「みんなが幸せになれる魔法!」	坂根 正史 准教授	①料理編： 令和6年2月17日(土) ②デザート編： 令和6年3月2日(土) いずれも10:00～13:30	受講料：各回2,000円 申込締切： ①令和6年1月31日(水) ②令和6年2月14日(水)
第15回 大阪樟蔭女子大学 英語落語発表会	桂 かい枝 客員教授、ゲスト落語家	令和6年2月24日(土) 13:00～15:00	受講料：無料 申込締切：令和6年2月14日(水)

大阪商業大学

〒577-8505 東大阪市御厨栄町4-1-10  
近鉄奈良線「河内小阪」駅下車 徒歩5分

(カルチャー講座、公開講座、チャレンジキッズ) 総合交流センター 総合交流支援課  
【TEL】06-6785-6286 【FAX】06-6785-6133  
(頭脳スポーツ講座) 学術研究事務局  
【TEL】06-4307-6570 【FAX】06-4306-3035 【E-mail】koza@oucow.daishodai.ac.jp

申込・問合せ先

講座名	講師	日時	備考
【カルチャー講座】 語学(英会話/韓国語)、趣味・教養(朗読、筆ペン、折紙、クラフト制作等)、健康・運動(ヨガ教室、アンチエイジング・リンパケアストレッチ、腰掛タップダンス)	専門の講師	10月～令和6年3月の週1回、各講座全2～10回程度	※受講料・日程等詳細は、お問い合わせください。 ※無料体験もあります。
【頭脳スポーツ講座】 囲碁講座 〔入門～初級/レベルアップ〕	森野 節男(関西棋院棋士九段)	10月～令和6年2月の週1回、各講座全3～10回程度 ※③の講座は1回のみ	※受講料・日程等詳細は、お問い合わせください。 ※無料体験もあります。
【頭脳スポーツ講座】 将棋講座〔①入門～初級/②レベルアップ/③将棋入門(どうぶつしょうぎ)&囲碁入門(ななろのご)〕	①寺谷 睦(日本将棋連盟公認将棋指導員) ②増田 裕司(日本将棋連盟棋士六段) ③古作 登(大阪商業大学 アミューズメント産業研究所主任研究員)		
【公開講座】 「地域産業振興論」	①松下 真由実氏 株式会社メタリック 代表取締役 ②田岡 聖司氏 株式会社イースリー小宿 縁 代表取締役 ③木幡 巖氏 株式会社木幡計器製作所 代表取締役 ④中村 新氏 株式会社オーガニックnico 代表取締役CEO ⑤大橋 翔太氏 サクラテック株式会社 代表取締役社長 ⑥井賀 英夫氏 株式会社イガクリ 代表取締役 ⑦田中 亜衣子氏 一般社団法人豊岡コミュニティシネマ 代表理事 ⑧興津 知明氏 株式会社興津商店 代表取締役社長 ⑨楠本 貞愛氏 株式会社きたやま南山 代表取締役会長	①10月5日 ②10月19日 ③10月26日 ④11月2日 ⑤11月16日 ⑥11月23日 ⑦11月30日 ⑧12月14日 ⑨12月21日(木曜日・全9回) 14:40～16:10	(申込み締切) 各受講日の2日前まで ※各回申込み可  (会場) 大阪商業大学 ユニバーシティホール蒼天  申込み方法ほか詳細は、お問い合わせください。
【公開講座】 「比較地域研究所 市民ビジネス講座」	松田綜合法律事務所 弁護士 久保 達弘氏 太陽有限責任監査法人 公認会計士 花輪 大輔氏 神戸大学経済経営研究所 教授 佐藤 隆広氏	11月18日(土) ※時間帯未定	(申込み締切)11月17日(金) (会場) 大阪商業大学 ユニバーシティホール蒼天 (定員)100名  申込み方法ほか詳細は、お問い合わせください。
【公開講座】 「共同参画研究所 公開講座」 障がい者とともに生きる(仮題)	専門分野の研究者等及び東大阪市社会福祉事業団	11月19日(日) 13:30～15:30	(対象)東大阪市民等 一般の方 (会場)大阪商業大学 ユニバーシティ・commons リアクト  申込み方法ほか詳細は、お問い合わせください。
【チャレンジキッズ2023】 野球、バレーボール、サッカー、バスケットボール、ソフトテニス、空手、日本拳法、囲碁・将棋等(昨年度実績)	本学強化クラブ指導者および学生	12月16日(土) 午前の部 9:00～12:30 午後の部 13:00～16:30	(対象) 東大阪市内 小学生(2～4年生)  (会場) 大阪商業大学 総合体育館 アリーナ他  申込み方法ほか詳細は、お問い合わせください。

東大阪大学・東大阪大学短期大学部

〒577-8567 東大阪市西堤学園町3-1-1  
(地下鉄中央線「高井田」駅下車 徒歩14分)

公開講座係 【TEL】06-6782-2824 【FAX】06-6782-2896 【E-mail】  
kokaikoza@higashiosaka.ac.jp 【WEB】https://www.higashiosaka.ac.jp  
申込・問合せ先  
※受講方法など詳しくはホームページにてお知らせいたします。

講座名	講師	日時	備考
認知症サポーター養成講座	石鍋浩・傘郁子・馬込武志・野口代・伊藤美加子・砂田貴彦・山田克宏(国際介護福祉学研究センター)	12月23日(土)13:30～15:00	定員30名
こどもと英語	中西千奈都(こども学部こども学科)	12月23日(土)10:00～11:30	定員30名



大阪府立中央図書館

〒577-0011 東大阪市荒本北1-2-1  
近鉄けいはんな線「荒本」駅下車 徒歩7分

申込・問合せ先 【TEL】 06-6745-0170(代表) 【FAX】 06-6745-0262

講座名	講師	日時	備考
令和5年度後期連続講演会 「シルクロードの文化と歴史を語る」	山田 勝久氏 (大阪教育大学名誉教授)	① 10月19日 ② 11月16日 ③ 12月21日 ④ 令和6年1月18日 ⑤ 令和6年2月15日 いずれも木曜日・14:00～15:30	定員：50名・事前申込・座席自由を予定 ※申込が定員数を超える場合は、抽選させていただきます。 ※詳しくは当館HPをご覧ください。
読書週間記念講演会 「シルクロードの魅力を語る」	山田 勝久氏 (大阪教育大学名誉教授)	11月1日(水)時間は未定	定員：50名・事前申込・座席自由を予定 ※申込が定員数を超える場合は、抽選させていただきます。 ※詳しくは当館HPをご覧ください。
令和5年度後期連続講演会 「聖徳太子と法隆寺1400年の祈り」 法隆寺の仏教美術の源流をめぐって	児島 建次郎氏 (元NHKアナウンサー・白鳳短期大学名誉教授)	① 12月9日 ② 12月23日 ③ 令和6年1月20日 ④ 令和6年2月17日 ⑤ 令和6年3月16日 いずれも土曜日・14:00～15:30	定員：50名・事前申込・座席自由を予定 ※申込が定員数を超える場合は、抽選させていただきます。 ※詳しくは当館HPをご覧ください。

市立図書館のご案内(<http://www.lib-higashiosaka.jp>)

永和図書館 【TEL】 06-6730-6677 【FAX】 06-6727-5568

名称	内容	定員	日時
おはなしのじかん(OSAKA PAGE ONE)	えほんの読み聞かせなど	10名	毎月第1(土)14:00～
親子でたのしむえほんとわらべうた	おはなし、絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべうた	10名	毎月第1(水)11:00～
えいごのえほんでたのしくあそぼう	英語の絵本の読み聞かせ	10名	毎月第4(日)14:30～
えほんはともだち	絵本紹介、読み聞かせ、わらべうた	10名	毎月第4(土)11:00～
おはなしパーティ	パネルシアター、ペープサート(紙人形劇)、おはなし、絵本の読み聞かせ、紙芝居	10名	毎月第3(日)14:30～
冬の子どもまつり	おはなし、絵本の読み聞かせ、手遊びなど	35名	12月開催予定

花園図書館 【TEL】 072-965-7700 【FAX】 072-965-9212

名称	内容	定員	日時
はなそのワクワクどようび	紙芝居・絵本の読み聞かせ、本の紹介、工作等	30名	毎月第4(土)15:00～ ※12月、令和6年1月休み
書庫見学ツアー(OSAKA PAGE ONE)	書庫内の見学	5名	毎月第1(土)14:30～
おやこであそぼ う・ふ・ふ	絵本の読み聞かせ、手遊び	15名	毎月第2・4(金)10:30～ ※祝日、12月第4、令和6年1月第2休み
おはなしのへや	ストーリーテリング(語り聞かせ)、絵本の読み聞かせ	15名	毎月第1(土)11:00～
そらとぶじゅうたんおはなし会		15名	毎月第1・3(水)15:30～
えほんだいすき!でんでん太鼓		15名	毎月第2・4(水)10:30～
えほんであそぼうきりりっこ		15名	毎月第3(木)10:30～
紙芝居会		15名	毎月第1(日)14:30～
「こくり」プログラミングワークショップ(ベーシック版)	「こくり」というお腹にタブレットをはめ込んだロボットを、パソコンを使ってプログラミングし動かすワークショップ。	各回5組 (計10組)	10月21日(土)、22日(日)14:00～
冬の子どもまつり	絵本の読み聞かせ等	30名	令和6年1月27日(土)15:00～
近畿財務局 出前講座「親子で楽しく学ぶ♪おこづかい講座」	おこづかいの使い方について学びます。	8組	令和6年3月25日(月)14:00～15:30

**四条図書館** 【TEL】 072-982-1235 【FAX】 072-984-6079

名称	内容	定員	日時
ベビータイム	小さな子どもと保護者のための図書館開放時間	—	毎月第2・4(水)9:00~12:00
図書館でHappyバースデー	誕生月の子どものお誕生会。読み聞かせ、手遊び、簡単な工作など	20名	毎月第2(水)10:30~
おはなしのとびら0・1・2	0~2歳向け絵本の読み聞かせ、手遊び	30名	毎月第4(水)10:30~ ※12月休み
四条ワークショップ	大人向け、子ども向け、折り紙教室(月替わり)	15名	毎月第3(水)15:00~
キューたんおはなし会	絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊び、ストーリーテリング(語り聞かせ)	30名	毎月第1(土)13:30~
お話大好きおむすびころりん	絵本の読み聞かせ、オカリナ演奏など	30名	毎週第3(日)14:00~
おはなしのへや	絵本の読み聞かせ、わらべうた、ストーリーテリング(語り聞かせ)	30名	毎月第4(土)10:30~ ※12月休み
いっしょに脳活！大人のお話会	みんなで楽しむ参加型のお話会。読み聞かせのほか、体操やクイズ、歌など	15名	毎月第3(木)14:00~
本のお楽しみ袋	本との意外な出会いのキッカケに、何の本が入っているかは貸出してからの楽しみ！	—	10月開催予定
冬の子どもまつり	クリスマスをテーマにしたおはなし会、工作会	20名	12月開催予定

**大蓮分室** 【TEL】 06-6728-0200 【FAX】 06-6730-7337

名称	内容	定員	日時
えほんでわくわく	絵本の読み聞かせ、手遊びなど	8名	毎月第1(土)10:30~
おはなしのへや		8名	毎月第4(土)14:30~
コマ回し大会	コマ回し大会	10名	令和6年1月27日(土)15時~
工作教室	工作	8名	12月16日(土)、令和6年3月16日(土)10:30~
えほんとおりがみ	絵本の読み聞かせ・おりがみ	5名	11月18日(土)、令和6年2月17日(土)10:30~

**石切分室** 【TEL】 072-982-1030 【FAX】 072-982-1030

名称	内容	定員	日時
おはなしのへや	おはなし、絵本の読み聞かせなど	15名	毎月第1(日)11:00~ ※令和6年1月休み
お話大好きおむすびころりん	絵本の読み聞かせ、オカリナ演奏など	15名	毎月第2(水)15:00~
冬の子どもまつり	クリスマスをテーマにしたおはなし会、工作会	30名	12月開催予定

**移動図書館** 【TEL】 06-6728-0202 【FAX】 06-6730-7337

名称	内容	定員	日時
秋のとくべつおはなし会	絵本の読み聞かせ等	10名	10月24日(火)新喜多公園、10月26日(木)稲田公園、10月27日(金)五百石公園15:40~

# 令和5年度 東大阪市連携 6大学公開講座

さあ！大学をもっと身近に感じましょう！！

例年開催している6大学公開講座は、あまり大学に馴染みの薄い方々にとって、大学を身近な存在として、つなぐ架け橋的な役割を担うことを目的に開催しています。

今年度は「SDGsってなんなん??」をテーマとし、変化し続ける現代社会に寄り添えるきっかけとなるよう、各大学より優秀な講師陣を招き講座を行います。

ぜひご参加ください！！

連携大学   ✳️大阪経済法科大学   ✳️大阪産業大学   ✳️大阪樟蔭女子大学  
              ✳️大阪商業大学   ✳️近畿大学   ✳️東大阪大学  
協賛企業   ✳️HOS株式会社

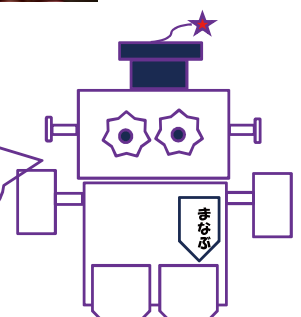
開催日 令和6年2月（日にち未定）

場 所 東大阪市立男女共同参画センター・イコラム6F（予定）

申込開始 12月中旬～（予定）



※ 講座内容は、ウェブサイトまたは、市政だより「令和6年新年号」に掲載します。



# まちのすぐれもの（市民講座講師登録制度）

市民の皆さまが持つ豊かな知識や優れた技術を活かし、当センターが主催する市民講座等で、ボランティアとして活動していただける方を「まちのすぐれもの」(市民講座講師登録制度)として募集しています。あなたの特技や経験を活かしてみませんか。

- 募集対象者** ・一般水準以上の能力と指導力を有する方で、ボランティア講師として市民の方に指導することのできる方(資格の有無は問いません)
- 募集分野** ・ジャンルは問いません。様々な分野で募集しています
- 募集時期** ・随時募集しています
- 登録有効期間** ・令和7年3月31日まで
- 申込方法** ・社会教育センターまで「お問合せ」ください



## 令和5・6年度“まちのすぐれもの” (東大阪市民講座講師登録制度)登録者一覧

令和5年5月

ジャンル	講師候補者	登録番号	具体的指導内容	ジャンル	講師候補者	登録番号	具体的指導内容
音楽	茂井 信数	1	歌唱指導(発声、発音)	アロマテラピー	生嶋 明子	29	アロマテラピーとストレスケア
	山口 隆司	2	ギター伴奏による合唱	語学	林 トモコ	30	英語・英会話指導
	大西 しず子	3	琴・三絃の指導		韓 愛蓮	31	朝鮮語(ハングル)の基礎・会話
	大西 丞風	4	尺八本曲・新曲・現代邦楽		柳田 翠	32	中国語
	比良 佳世子	5	大正琴	美術	西田 佳代	33	パステルアート
	斎藤 功詔	6	日本民謡の各地の唄、楽器(三味線・尺八・太鼓(鳴物)の指導	絵手紙	永重 信江	34	絵手紙
	手芸	橋 清子	7	編物・手芸	趣味	樋口 隆秀	35
秋津 和代		8	パッチワーク・キルト	書道	岩宮 史朗 (史遊)	36	毛筆・ペン習字の指導
佐藤 順子		9	クラフトバンド手芸 (カバン、かご、小物入れを作る)	花	中見 理恵子	37	ヨーロッパ系 フラワーアレンジ
来田 容子		10	押し花を使った、しおり 小物、アクセサリー作り	娯楽	沢地 守 (まご～マモル)	38	マジック・ペンシルパルーン
料理	山口 恵子	11	お菓子・パン作りの指導		坂上 慧子	39	折り紙
	仲村 明美	12	ハーブを使ったしめ縄作りや旬の野菜、ハーブを使用した料理を指導		善家 佳子	43	子供向けレクリエーション
	辻井 きぬ子	13	アイシングクッキー・花づくり	菊池武正 (時代歴武ちゃん)	40	安来節(どじょうすくい)・南京玉すだれ・皿回し・バナナの叩き売り・ガマの油売り	
健康体操	林 智子	14	健康体操	芸能	的場 圭吾	41	レクリエーション、落語
	山内 真由美	15	健康体操(動きやすい体づくり、体力・筋力維持)簡単なエアロビクス	中谷 玲子	50	八房流南京玉すだれ、傘まわし、皿まわし	
	岡崎 順子	16	ピラティスをもとに産後～未就学児ママ向けリフレッシュ体操・シニア向け機能改善・ストレッチヨガ	介護	野村 くみ子	42	レクリエーション介護 健康寿命をのばす介護予防
	田口 純子	17	ヨガ、椅子ヨガ、シニアヨガ、リストラティブヨガ、キッズヨガ		善家 佳子	43	レクリエーション全般・レクリエーション介護・楽しい介護予防
	静谷(池島) 真紀	18	ヨガ・親子ヨガ・エアロビクス・あいうべ体操・アーユルヴェーダ講座・呼吸法	生き方	山下 文夫	44	自死防止教育、いのちの教育、死別悲嘆のケア 死の準備教育
	前田 宇佐雄	19	健康体操(きんかん体操)	琵琶 博之	45	夢でやりたいことの見つけ方・実現方法	
	気功	佐藤 満子	20	気功・中国医学・養生法	人権	明珍 昭	46
ダンス	大倉 好美	21	ウォーキング体操 大人のためのダンス&ストレッチ	コミュニケーション	猪野 守	47	コミュニケーションワーク手法
健康	由良 拓巳	22	健康に関するツボ講座・ツボ体操	高齢者生活	西田 佳代	33	認知症予防・認知症進行の予防
	松尾 祥子	23	シンギングボウル、音の瞑想	自然	清水 満	48	自然観察・歴史ハイキング
詩吟	森 雅声	24	詩吟・吟詠歌謡の指導		前田 妙子	49	ペンシルパルーン 葉や実を使って自然と遊ぶ
吟詠・詩舞	谷本 裕子	25	吟詠歌謡・詩舞	植物観察	猪野 守	47	山野や公園・校庭などで植物観察
詩舞	東 粹扇	26	詩舞・歌謡吟舞の指導				
舞踊	内田 寿智	27	新舞踊 基礎、踊りの流れを指導				
	花柳 都弥葵	28	日本舞踊				



◆問合せ先◆  
 東大阪市民教育委員会 社会教育部  
 社会教育センター  
 〒577-0056  
 東大阪市 長堂一丁目17番29号  
 ☎ 06-6789-4100  
 Fax 06-6789-5212  
 ✉ shakyocenter@city.higashiosaka.lg.jp

東大阪市民マスコットキャラクタートライくん