



いのっこ



第12回 いのっこ笑う亭

予告

とき: 12月 3日(日) 13:30~
ところ: 亥の子谷コミュニティセンター

笑う門には福来る。今年の笑い納め『いのっこ笑う亭』の時期到来です！
すっかり定番になって、今回は12回目となります。師走のひとつ、大いに笑いましょう！

予定演目: 「相撲場風景」関大亭 学 乱、「相部屋」爪田家 ふぶき、「鷲とり」爪田家 粹 花、
「腹話術」つたの 唐 丸、「三味線放談」爪田家 小 雪、「百年目」千里家 笑太郎

[申し込み:11月1日からおにて受付け、先着180名]



関大亭 学 乱さん



爪田家 ふぶきさん



爪田家 粹 花さん



つたの 唐 丸さん



爪田家 小 雪さん



昨年の会場風景



千里家 笑太郎さん



6組13人の親子さんの参加がありました。絵合わせやカラーボール、トンネル遊び、絵本や積み木などを準備して、親子で自由に過ごしてもらいました。部屋の形になる仕掛け絵本は、親子でじっくり遊ぶ姿が見られました。そして、パネルシアター「赤ずきん」は分かりやすいお話なので、小さな子どもも飽きずに見ていました。



初心者のためのデジタルカメラ使い方教室

7/25 8/1・22・29

講師:山田 真二さん



今回の講座は、初心者の方の素朴な疑問にわかり易い説明をされました。そして、今まで撮影はオートのみという方には、ストロボの効果的な使い方など、一歩

進んだテクニックを御指導いただき、幅広い内容でとても充実していました。また、屋外の実習では皆さんとても楽しそうに撮影されていました。



真向法体操

9/19・26 10/3

講師:平 恵美子さん



座ったまま行う基本の四つの型の動作で股関節を中心に屈伸することで、無理なく可動範囲を広げ、足腰の柔軟性を回復し、血流を促進する体操です。心を落ち着け呼吸に注意しながら型の練習。その後、二人一組で補導体操を行いました。先生の穏やかな声でのご指導と優しい人柄に、体も心もほっころの時間となりました。

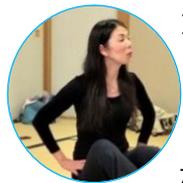


骨盤メンテエクササイズWithベビー

～産後ママのBODYケア～

9/28

講師:増田 百合子さん サポート:ママGOGOスタッフ



コミセン初登場！産後まもないお母さんと赤ちゃんのための講座です。助産師さんから骨盤を柔らかくする大切さと、自宅で赤ちゃんとともにできるストレッチ

を教わりました。「産後の骨盤が気になっていたので、体操できてよかった」「気分転換になりました」と大好評！次回は11月30日です。お楽しみに！



スプラッシュボール

9/29

主催:健康づくり・スポーツ部会

講師:本林 博子さん



恒例のスプラッシュボール、今回も48名と大盛況のうちに終了しました。趣味で毎週のように動かれている方から、全くの初心者の方

まで和気あいあい。優勝は3ゲームで合計420点の高得点を出された(浅野、尾崎、長尾、塩見、中田、井上房、樺沢、林)チームでした。



209回 ロビーコンサート

三味線とオカリナ 9/24

出演:円 昇寿さん・円の会の皆さん・山地 潤子さん



コミセン初登場。三味線とオカリナのコラボ?!果たして、どんなコンサートになるか興味深々。まずは三味線3本、篠笛、尺八も加わって「本調子メドレー」「八木節」など円の会の皆さんの威勢のいいかけ声がロビーに響き渡ります。そして

一転オカリナのソロで「ムーンリバー」。心に沁みる音色にウツリ。最後は再び円の会の三味線が登場してオカリナと合奏で「オブラディオブラダ」「コンドルは飛んでいく」とユニークな選曲。息もピッタリ、見事なコラボでした。



【これからの講座・イベントのお知らせ】

イベント・講座	開催日時	会場・定員 費用	申込み	出演・内容
人生を楽しむ呼吸法 ～気功体操で寝たきり予防～	11/20(月) 10:00～ 12:00	2階 多目的ホール 先着 40人程度 100円	11/1(水)～ 電話または 窓口へ	出演：西原 由美子さん いろいろな呼吸法をマスターして、仲間と 楽しく動きましょう。
骨盤メンテエクササイズ Withベビー ～産後ママのBODYケア～	11/30(木) 10:30～ 11:45	2階 和室1・2 10組程度 無料	11/16(木) までに 電話または 窓口へ	講師：増田 百合子さん (大阪府助産師会 吹田班 班長) サポート：MAMAGOGOスタッフ 産後まもないママが健やかに子育て出来る よう、心身両面からサポートします。
第12回 落語 いのっこ笑う亭	12/3(日) 13:30～ 16:00	2階 多目的ホール 180人 無料	11/1(水)～ 電話または 窓口へ	出演：関大亭 学乱さん・爪田家 ふうきさん 爪田家 粋花さん・つたの 唐丸さん 爪田家 小雪さん・千里家 笑太郎さん 笑う門には福来る！今年も笑い納めは、 コミセンで。
〈0歳から小学3年と保護者〉 いのっこ アイアイひろば	12/4(月) 10:00～ 11:30	2階 多目的ホール 先着20組 無料	不 要	主催：子育て・共生部会 親子遊びや人形劇！絵本の読み聞かせ。 広いホールで親子でゆっくり思いっきり遊 べますよ。
お正月寄せ植え講座 お正月を華やかに迎える 一鉢を作ります。	12/14(木) 10:00～ 12:00	3階 創作室 16人 3000円	往復はがき 11/30(木) 必着	講師：光村 庄司さん(ローズグローブ) お正月にふさわしい葉牡丹・南天などを植 えます。



彩遊会 絵画展

11/18(土)～11/26(日) 3F 水彩画・油絵

■彩遊会■



芸術の秋

いのっこ祭 アート作品展

11.4 (土)～11.12 (日) 10:00～16:00



- | | |
|----------------------|------------------------------|
| 1F 書道展(書道同好会) | 3F ボランティア室特設ギャラリー(11日・12日のみ) |
| 2F 水彩画作品展(亥の子谷彩画クラブ) | ～陶芸展～ |
| 3F 油絵作品展(亥の子谷パレット会) | ・備前焼に魅せられて(備前焼同好会) |
| 陶芸展(亥のっ子ポタリークラブ) | ・陶芸のサクッ!策ッ!咲ッ(Inokoro陶芸倶楽部) |

いのっこ祭

11月11日(土)
18時半会場、19時開演
於：多目的ホール

たそがれコンサート

先着180人
申込み不要

入場無料

<第1部> 華麗なるストリングスの饗宴

藤井 拓(ギター)
外薮 美穂(ヴァイオリン)
竹中 裕深(チェロ)

Una Casita



So
Many
Hearts

<第2部> So Nice So Happy ! 情熱のジャズ 再び

阪井 楊子(ヴォーカル)
栗田 洋輔(テナーサクソ)
大野 綾子(ピアノ)
三夜 陽一郎(ドラム)
鶴賀 信高(ベース)

ひと・まち・ふれあい

ボランティア部会

千原 恵子さん

今回は、協議会を支える6つの部会うちのボランティア部会です。誰もが社会活動に参加する事で地域に貢献できるように多方面で活躍されている部会の代表者、千原 恵子さんにお話を伺いました。

主な活動内容

- ①春のボランティアフェスティバル
- ②趣味と特技を生かして
 - ・デイサービス等への慰問
 - ・小学校での朝の読み語り
 - ・傾聴サービスなど
- ③「いのっこ祭」の名物カレー作り



年間活動として

- ①体にやさしい料理講座 ②自分のための健康講座
- ③クリスマスツリーの飾り付け ④演芸で施設の慰問
- ⑤古切手の収集 ⑥樹木観察 ⑦施設見学 など

今後の活動について

部会員の高齢化が進み、若い人の参加協力をお待ちしています。新しいボランティア活動について皆様と共に考えて、実行していきます。

▼健康講座 足の動脈の話



部会のモットーなど

地域の皆様との「和と輪」を大切にしながら活動をしています。



▲体にやさしい料理講座

図書館

千里丘図書館

「やさしい」をコンセプトに生活のあらゆる場面で役に立つ地域の図書館を目指しています。

- ・書架の上や階段に、地域の皆さんの絵画などの作品を展示した空間があります。
- ・子ども連れで来館される方のために、児童書エリアに子育てに関する資料コーナーを設けています。
- ・調べもの相談ができる「調査・相談カウンター」を設置しています。
- ・子ども向けには定例行事の「ブックスタートのひろば」「おひざで絵本」「えほんのじかん」と季節の「おたのしみ会」を行っています。
- ・成人向けには気軽に参加していただける講演会や講座などを開催しています。



*開館時間

月・火・水・土・日曜日・祝日 午前10時～午後6時
木・金曜日(祝日を除く) 午前10時～午後8時

*休館日

毎月最終の木曜日(祝日と重なるときはその翌日)
年間約3日間の特別整理期間 年末年始(12/28~1/4)

*所在地

吹田市千里丘上14-33
*電話 06-6877-4060 *FAX 06-6877-4073
*閲覧席 70席 *蔵書数 6.7万冊 *広さ 840.37㎡



千里丘出張所
千里丘市民センター
に隣接



亥の子谷地域保健福祉センター(地域包括支援センター)

TEL.06-4864-8551 FAX.06-4864-8550

～障がいのある方へのサービス編～

障がいのある方の日中活動の場をご存知ですか？

障がいのある方の日中活動の場として、生活介護事業所、就労継続支援事業所、就労移行支援事業所など多数あります。それぞれ制度・事業所によって、目的や取り組み、障がいの状況などさまざまです。『障がいがあり、日中ずっと自宅にいるが何かに取り組みたい』といったお悩みをお持ちの方はご相談ください。

※サービスを利用される場合には一定の要件があります。お住まいの地区の担当者が話を伺いますので、気軽に窓口または電話等でお問い合わせください。

いのっこ 第204号 2017年11月1日(センターは阪急バス亥の子谷停留所下車すぐ、亥の子谷公園北隣りです。)

発行：吹田市立亥の子谷コミュニティセンター(☎565-0824 山田西1-26-20 ☎6878-3155 FAX・4864-8550)

「いのっこ」は山一・千里丘・山三・山五・東山田・西山田・南山田・北山田・五月が丘の9地域のコミュニティ情報紙です。