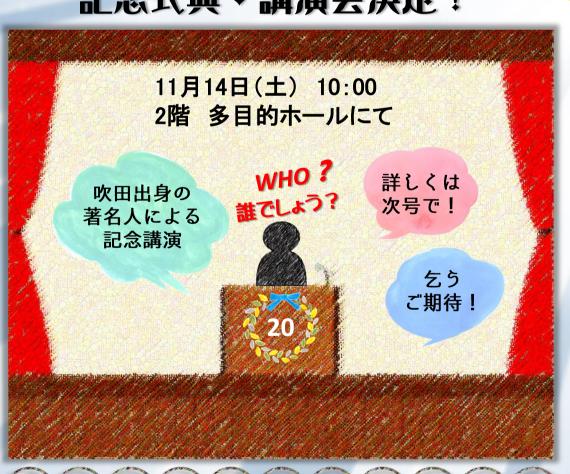


コミュニティセンター20周年 記念式典・講演会決定!



編集:亥の子谷コミュニティ協議会 ホームページ http://www.inokko.jp

に愛されて20年

協議会副会長・会計 挨拶

協議会副会長 髙萩 泰三



今年度副会長をさせて頂きます高萩泰三と申します。南山田地区連合自治会の代表3年目で尺谷地区に住んでおります。

山田村生まれの団塊の世代です。 現在の私の趣味は、市民農園での 野菜作り、ボウリング、ハイキング等ですが、特に家庭菜園は緊急 事態宣言中もほとんど影響を受ける ミセンのボウリング大会にも参り したいのですが、いてしましたの したいのですが、いてしまり したいのですが、いてしまり のリーグ戦と重なすしいのでもといので のリーグ戦と重ながらしたいのではます。 か出来ないでいます。 りつりましたが に加えて熱中症の対策も必要でら の夏を乗り切りましょう。

協議会副会長 斎藤 幸雄



初秋とはいえまだまだ陽射しには暑さが残り、秋の気配が待ち遠しい時期となりました。この度、副会長を仰せつかりま

した北山田地区の斎藤幸雄でござに出席されまで2年間役員が、 部会の方々の行事運営に対するましたがる。 意には驚かされ続けてきました対するには驚かされ続けてきましたのような協議けした戸さればようなはが正直ないのですが、ですがいるのがますがでいますがでいますがでいますがでいますがでいますがでいます。

協議会会計 西田 忠弘



今夏、新型コロナ感 染拡大と猛暑がやっ て来ましたが、皆さ んお元気にお過ごし でしょうか。

私は協議会の役員経験2年の後、会計を引き受けることになりました。最初は会計事務素人の私にできるのだろうかと、心配しておりました。現在は事務局の方々に助けられて、順調に新年度会計事務の一端を職務遂行しております。

本年は協議会発足20周年の佳節を 迎えて、新たな気持ちで頑張りた いと思いますので、どうぞよろし くお願いいたします。

コミセン活用術③

コミセンでは、楽しく有意義な市民活動を応援するために、いろいろなお部屋を用意しています。 今回は、会議室と料理実習室をご紹介いたします。皆様のご利用をお待ちしております。

会議室 3F

定員: 38名 面積: 77㎡

会議、打ち合わせやミーティング、研修会、セミナーなど幅広くご利用いただけます!!



会議室全景

【 備考 】 Wi-Fi ネットワーク利用可能

附属設備

☆ 液晶プロジェクター(EPSON EB-1910)利用可能 ☆ 机 1.5 、椅子 5.0 、ホワイトボード、スクリーン











プロジェクター使用風景

各種会議や地区の集会、研修会や 打ち合わせなどを通じ、地域のコ ミュニティを広げましょう!!

料理実習室 2F

-| 定員: 20名 面積: 74㎡

料理講座や食関連のイベント、お菓子づくりなど幅広くご利用いただけます!!



料理実習室全景

【 備考 】 各種調理器具、食器類も揃っています

附属設備

☆調理台5台(うち講師用1台)

※1台につき、水道2口、ガス3口、ガスオーブン1台☆ ガス炊飯器4 ☆冷蔵庫1 ☆オーブンレンジ2台











料理づくりを通じ、地域のコミュニティを広げ、料理のレパートリーも広げましょう!!

【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	
「軽スポーツ」 ボ ウリングで楽しもう パート21	10/2(金) 9:00~ 14:00	関大前 フタバボウル 30人(先着順) 2500円	9/1(火)~ 9/22(火) 電話また は窓口へ	主催:健康づくり・スポーツ部会 講師:本林 博子さん 年に一度の講座です。終了後、コミセン多目 的ホールにて親睦会、ビンゴ大会等を用意し ています。	
自分の為の健康講座 「薬のおはなし」	10/5(月) 13:30~ 14:30	3階 会議室 20人(先着順) 無料	9/1(火)~ 電話また は窓口へ	主催: ボランティア部会 講師: 河本 光宏 先生 (薬剤師・臨床検査技師) あなたのくすりは大丈夫? くすりの副作用、気になりませんか?	
大正琴体験講座	10/6·20·27 (各火) 10:30~ 12:00	2階 音楽室 10人 無料 男性限定	9/1(火)~ 電話また は窓口へ	主催:文化活動部会 講師:吉田 由里 さん (琴城流大正琴つくし会) 女性の多かった講座ですが、今回は男性の方 のみの講座です。楽譜が読めなくても大丈夫。 大正琴に触れてみましょう。	
美と健康の秘訣は 呼吸にあった! 生まれてから死ぬまで あなたがしている事は[呼吸]	10/6(火) 10:00~ 12:00	2階 多目的ホール 35人 無料	9/1(火)~ 電話また は窓口へ	主催: くらし・情報部会 講師: 山田 敦子 さん (コンディショニングコーチ) 膝が痛い、肩こり、腰痛、慢性疲労、便秘 冷え性等でお悩みの方はご参加ください。	





第20回 写真展 $9/19(\pm)\sim9/27(日)$ 2 F·3 F







当コミュニティ協議会の運営を担当している専門委員会の紹介です

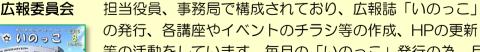
• 企画委員会

担当役員と6部会の各代表、事務局で構成されており、



毎月1回の委員会で、講座やイベントを検討しています。 皆さんのニーズに応える新規の講座等も企画しています。

• 広報委員会



等の活動をしています。毎月の「いのっこ」発行の為、月1回の委員会 とスタッフのミーティングで誌面の充実を図っています。

• 喫茶委員会

喫茶ボランティア通信 🗼

ボランティアの皆さんのご協力で、喫茶コーナーを運営しています。 月1回の委員会を開催し、当番表の作成やボランティア通信を発行しています。





真向法体操

恵美子さん

真向法体操の講師としてご活躍で、公益財団法人真向法協会の最高位10段の資格をお持ちの平恵美子さんと いつも奥様のサポートをされている軍二さんにお話を伺いました。

真向法体操とは?

真向法体操は、基本の4つの動作とそれを応用す る補導体操で成り立っています。股関節を中心に 足腰を柔軟にして、血流の循環を促進し、身体の 新陳代謝を図るシンプルな体操です。









おかげで・・・

洋風な生活様式中心で「人は足から考いる」と言わ れる現代社会です。「テレビタイムは真向タイム」 と真向法体操を続けて30年になりました。身体は 丈夫になり、大股で歩き、自転車も乗り続けてい ます。体操後は、いつも二コニコ笑顔です。

≪ 施設の使用料金表 ≫

アンチエイジング



真向法体操の目的は、アンチエ イジングです。つまり、精神 や肉体の老化速度を少しで も遅らせる事で、平均年齢と 健康寿命の差を縮める事なの です。地味ですが、多くの著名

人にも人気の体操です。また真向法体操クラスの 皆さんと身体と心のふれあいで、絆が広がりまし

た。皆さんのおかげで、本 当に楽しいです。超高齢化 社会の今だからこそ、時代 のニーズに合った体操です。 大切な事は、続ける事です。 若い方々もためらわず一緒 に始めてみませんか?



施設の名称	定員	午前	午後	夜間			
	(人)	9時~12時	13時~17時	18時~22時			
会議室	38	1500円	2000円	2000円			
料理実習室	20	1400円	1900円	1900円			
和室(1)	30	600円	800円	800円			
和室(2)	24	500円	700円	700円			
創作室	16	900円	1200円	1200円			
音楽室	26	1100円	1500円	1500円			

お部屋の空室情報はホームページでご確認下さい

5200円

3700円

7000円

4900円

MAP 山田市民体育館 西山田中学校 ② • 西山田小学校 ② 山田 出張所 ② 高野台中学校 亥子谷バス停 **闵** 東佐井寺小学校 中消防署人 博物館

※ 山田コミュニティスペース利用案内 ※

[休館日] 月曜日、祝日の翌日、年末年始 [開館時間]10時~17時

- 1. 貸室 … 予約制、「使用届書」に住所・氏名を記入
- ①1階多目的ルーム1 (80㎡) ②1階多目的ルーム2 (60㎡)
- ③1階調理室(23㎡) ④2階集会室(22㎡)
- 2.フリースペース … 事前予約不要、「個人使用届」を提出

¥ 50

¥ 20

¥350

¥100

① 2 階交流ルーム (80㎡) ②屋外交流広場 [連絡先] ☎6878-7201

~ 喫茶コーナーより ~

W W W

椅子席

210席

132席

机席



多目的ホール

(舞台使用時)

多目的ホール

(舞台使用無)

お休み中



(新型コロナウイルス感染 症拡大防止のため、当面 お休みします。開始時期 は、ホームページでお知ら せします。)

menu コーヒー ¥150 烏龍茶 (ホットのみ) ¥100 アイスコーヒー クッキー(大) ¥150

紅茶(ミルク) アイスティー オレンジジュース

7000円

4900円

¥150 すいたん一箱 たんさんせんべい ¥150 マンゴージュース ¥150

¥150

クッキー(小)

休館日のお知らせ 9/8(火)

いのっこ 第237号 2020年9月1日(センターは阪急バス亥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(曇565-0824 山田西1-26-20 26878-3155 FAX・4864-8550)