

## キッズプラザ大阪

▶ホームページ [キッズプラザ大阪](#)

電話 6311-6601

FAX 6311-6605

〒530-0025 北区扇町2-1-7

Osaka Metro「扇町」、JR「天満」



開館 9:30～17:00(入館は閉館の45分前まで)

休館 第2・3月曜、8月は第4月曜(祝日の場合は翌日)・年末年始(12/28～1/2)※最新情報はホームページを確認

費用 高校生以上1,400円、小・中学生800円、幼児(3歳以上) 500円、65歳以上700円(要証明)、障がい者手帳等所持者およびその介護者1人は半額(幼児200円)

### ●春のイベント2024 キッズ ダンボール☆ランド

ドキドキわくわくがいっぱいの遊園地“ダンボール☆ランド”へようこそ!自然の優しさあふれる木のブロックカプラ®が登場、みんなで楽しめる遊具もある。

日時 4/27(土)～5/6(祝)

10:00～16:00

費用 無料(入館料別)

### ●ぶんぶん飛行機を作ろう!

ひもを持って回すと音の鳴る「ぶんぶん飛行機」をつくる。

日時 5/6(祝) ①10:30～ ②11:00～

③11:30～ ④13:00～ ⑤13:30～

⑥14:00～ ⑦14:30～ ⑧15:00～

※体験時間約20分

対象 3歳以上の子ども(未就学児は保護者同伴)

定員 各回当日先着8人

費用 無料(入館料別)

## こども文化センター

電話 6460-7800 FAX 6460-9630

〒554-0012 此花区西九条6-1-20

▶ホームページ [こども文化センター](#)

JR「阪神」西九条

### 友だち募集中!

LINE公式アカウントで情報発信中!  
イベントやたのしい情報が届く!お申込みもスムーズ!



### ●第一回 おおさかにんぎょうげきフェスティバル

大阪を拠点に活動するアマチュア人形劇、8チームが大集合する人形劇のおまつりを開催。

日時 4/14(日) 【第1部】10:30～13:00

【第2部】13:30～16:00

※完全入替制。途中入退場自由

※プログラムなどの詳細はホームページを参照

対象 子どもと保護者

定員 各部当日先着100人(ホール)、90人(多目的室)、50人(ワークショップ)

費用 0歳～小学生100円 中学生以上300円(ワークショップ教材費300円別)

※第1部、第2部それぞれ入場料が必要

## 天王寺区民センター

電話 6771-9981 FAX 6774-3002

〒543-0073 天王寺区生玉寺町7-57

▶ホームページ [天王寺区民センター](#)

Osaka Metro「四天王寺前」太陽ヶ丘

### ●初心者のためのフラダンス教室

フラダンスを音楽に合わせて踊ってみる。

日時 4/12～7/26の第2・4金曜

11:30～12:30 全8回

定員 先着15人

費用 8,000円 体験1回無料

申込

### ●大人からはじめる ダンスDEストレッチ教室

音楽に合わせて、みんなと楽しく踊る。

日時 4/15～7/22の第1・3・4月曜

9:45～11:00 全11回

定員 先着15人

費用 11,000円 体験1回無料

申込

### ●脳トレ☆ステップ体操教室

楽しくステップを踏んで踊る。認知症予防・血圧改善・基礎代謝を上げる効果がある。

日時 4/15～7/22の第1・3・4月曜

11:15～12:30 全11回

定員 先着15人

費用 11,000円 体験1回無料

申込

### ●ハッピーバレエストレッチ教室

丈夫な足腰を継続できるように、バレエ姿勢×ストレッチで、美しく健康なカラダづくりをめざす。

日時 4/16～7/23の第1・2・3・4火曜

①9:40～10:40 ②11:00～12:00

全14回

対象 40～80代の女性

定員 先着15人

費用 21,000円 体験1回無料

申込

## 東淀川区民会館

電話 6379-0700 FAX 6379-0800

〒533-0023 東淀川区東淡路1-4-53

▶ホームページ [東淀川区民会館](#)

阪急、JR「淡路」

### ●ニードルフルトで ガジュマルの苔玉を作ろう!

幸せを呼ぶ多幸の木と言われるガジュマルの苔玉をニードルフルトで作る。

日時 5/16(木)～18(土)

10:00～16:00の間

対象 小学生以下は保護者同伴

定員 各回先着30人

費用 500円

申込

## 旭区民センター

電話 6955-1307 FAX 6955-1308

〒535-0003 旭区中宮1-11-14

▶ホームページ [旭区民センター](#)

Osaka Metro「千林大宮」

### ●日常をHappyに 癒しのパステルアート

心に浮かんだ色を指につけてくるくるくる不思議と完成。型紙を使うので絵が苦手でも大丈夫。途中参加可。

日時 4/24、5/8、22、6/12、26の水曜

10:00～11:30 全5回

定員 各回先着12人

費用 5,000円 体験1回1,200円 申込

### ●エンディングノートを書いてみよう! ～これからの人生を輝いて 生きるために～

3回の講義から好きな講座を選んで受講。エンディングノートは講師から無料進呈。

日時 5/13～27の月曜

14:00～15:30 全3回

定員 各回先着30人

費用 2,500円 1回1,000円 申込

## 住之江会館

電話 6683-2882 FAX 6683-3606

〒559-0015 住之江区南加賀屋3-1-20

▶ホームページ [住之江会館](#)

▶メール [hbs.suminoe@gmail.com](mailto:hbs.suminoe@gmail.com)

Osaka Metro・ニュートラム「住之江公園」

### ●“己書”(おのれしょ)で 味のある字を描く

描く書・読める絵＝“己書”とは心のままに描く書。こうしなければいけないというルールはなく、自由に筆を走らせる。

日時 5/13(月) 13:00～14:30

定員 先着16人 費用 2,200円

申込

### ●【体験】フラダンス教室

ステップやフラダンスの動きなどを体験する。心地よいハワイアンミュージックに合わせて体を動かす。

申込の際に  
記入する事項

講座名(催物名)・〒住所・名前(ふりがな)・年齢・連絡先(電話番号、あればFAX番号も)を記入する。手話(「手話通訳」申込可能講座)・

筆記(「要約筆記」申込可能講座)で希望者はその旨を、保育(「一時保育」申込可能講座)で希望者は子どもの名前・年齢、アレルギーの有無を記入する。

※掲載の各事業やイベント等については、主催者の判断により変更または中止、延期される場合があります。開催の有無等につきましては、各申し込み先にお問い合わせをいただきますようお願いいたします。

**日時** 5/15(水) 13:00~14:30  
**定員** 先着15人 **費用** 1,000円  
**持ち物** 運動できる服装、飲み物、タオル  
**申込** ☎☎☎

### ●決算書入門

法人の決算書の仕組みと初歩的な分析を学習する。

**日時** 5/19(日) 13:00~14:40  
**定員** 先着20人 **費用** 1,500円  
**持ち物** 筆記用具、電卓  
**申込** ☎☎☎

### ●はじめての簿記

日商簿記検定3級の基礎部分にあたる、企業の貸借対照表と損益計算書の概要を学習する。

**日時** 5/19(日) 15:00~16:40  
**定員** 先着20人 **費用** 1,500円  
**持ち物** 筆記用具、電卓  
**申込** ☎☎☎

### 住吉区民センター

**電話** 6694-6100 **FAX** 6694-6115  
 〒558-0041 住吉区南住吉3-15-56  
 ▶ホームページ [住吉区民センター](#)  
 ▶メール [sumiyoshi\\_c@osakacommunity.jp](mailto:sumiyoshi_c@osakacommunity.jp)  
 南海「沢ノ町」、JR「我孫子町」

### ●親子リトミック

音楽を通じて親子で楽しみながら、絶対音感・リズム感が身につく。

**日時** 4/15、22の月曜  
 【0~1歳】16:00~16:50、  
 【1~3歳】17:00~17:50  
**対象** 親子 **定員** 先着20組40人  
**費用** 1回1,100円  
**持ち物** 動きやすい服装、お茶、おむつなど子どもに必要なもの  
**申込** ☎☎☎

### ●はじめてのウクレレ教室

「楽器経験ない」「楽譜読んだことない」人も大丈夫。みんなで楽しく弾き歌いをする。途中参加可。

**日時** 4/16~6/25の火曜(月4回)  
 10:00~11:00 全10回  
**定員** 先着30人 **費用** 12,100円(教材費別)  
**持ち物** ウクレレ、譜面台  
**申込** ☎☎☎

### ●コミュニケーション英会話

英語を楽しく話して身につける。スタートは日常会話から、英語を通して一緒に楽しみ合う友達をつくる。

**日時** 4/17~6/19の水曜(月2回)  
 10:30~11:20  
**【入門】** 9:30~10:15 全6回  
**定員** 先着20人  
**費用** 6,600円 **【入門】** 5,400円  
**持ち物** 筆記用具  
**申込** ☎☎☎

### ●ドレミコンサート2024

赤ちゃん、小さな子どものための気軽に音楽が楽しめるコンサート。ベビーカーのまま入れる。【出演】ママさん吹奏楽団 Mam's Wind Orchestra [clover]

**日時** 4/20(土) 14:00~(13:30開場)  
**定員** 当日先着650人  
**費用** 無料

### 平野区民センター

**電話** 6704-1200 **FAX** 6704-1421  
 〒547-0011 平野区長吉出戸5-3-58  
 ▶ホームページ [平野区民センター](#)  
 Osaka Metro「出戸」

### ●からだメンテナンス運動教室

大ホールの広い空間で、身体も心もリフレッシュ。無料体験あり。途中参加可。

**日時** 4/16~6/25の火曜 10:00~11:30  
 全9回 ※5/21、28は休み  
**定員** 先着60人 **費用** 5,400円  
**申込** 来館のみ

### ●ヨーガ

呼吸に合わせて動くことで身体と心、自律神経のバランスを整えて免疫力UP。無料体験あり。途中参加可。

**日時** 4/17~6/26の水曜 10:00~11:30  
 全10回 ※5/1は休み  
**定員** 先着100人 **費用** 6,000円  
**申込** 来館のみ



### ●太極拳

すみずみの筋肉を意識しながらおこなう全身運動で、年齢や体力に関係なく始められる。無料体験あり。途中参加可。

**日時** 4/17~6/26の水曜 13:00~14:30  
 全10回 ※5/1は休み  
**定員** 先着60人 **費用** 6,000円  
**申込** 来館のみ

### ●茶道教室

お茶を楽しむ。有料体験あり。途中参加可。

**日時** 4/18、5/16、6/6、20の木曜  
 14:00~16:00 全4回  
**定員** 先着8人  
**費用** 4,000円 体験600円  
**申込** 来館のみ

### クレオ大阪中央

**電話** 6770-7200 **FAX** 6770-7705  
 〒543-0002 天王寺区上汐5-6-25  
 ▶ホームページ [クレオ大阪中央](#)  
 Osaka Metro「四天王寺前夕陽ヶ丘」

### ●0歳ちゃんの親子で元気なベビーヨガ

スキンシップをとりながら、親子でヨガを楽しむ。ママのリフレッシュや交流の場にも。産後の心と身体をケアしながら、子どもの発達も学べる。

**日時** 5/8、15、6/5の水曜  
 10:30~11:30 全3回  
**対象** 3~11カ月の赤ちゃんと母親  
**定員** 12組(多数抽選) **費用** 3,800円  
**保育** 1歳~2歳800円、3歳~就学前500円  
**保育締切** 4/28(日)  
**申込** ☎☎☎  
**締切** 4/28(日)

### ●カフェ開業チャレンジ講座

事業計画の書き方から、コーヒーや紅茶の美味しい淹れ方、女性カフェオーナーの体験談などを学ぶ。

**日時** 5/11~6/15の土曜 13:30~16:30  
 (6/6のみ木曜開催) 全6回  
**対象** カフェ開業に関心のある女性  
**定員** 30人(多数抽選) **費用** 17,000円  
**保育** 1歳~2歳800円、3歳~就学前500円  
**保育締切** 4/27(土)  
**申込** ☎☎☎  
**締切** 4/27(土)

### ●本を読む日 一時保育つき読書タイム

子育て中でもいろんな情報を集めたり、読みたい本をゆっくり選んだり。保育ボランティアが子どもを預かる。※館外への外出は不可

**日時** 5/22(水) 10:00~12:00  
**対象** 市内在住・在勤・在学者で1歳~就学前の子供と保護者  
**定員** 10人(多数抽選) **費用** 無料  
**申込** ☎☎☎ 4/25(木)より受付  
**締切** 5/14(火)

### クレオ大阪南

**電話** 6705-1100 **FAX** 6705-1140  
 〒547-0026 平野区喜連西6-2-33  
 ▶ホームページ [クレオ大阪南](#)  
 Osaka Metro「喜連瓜破」

### ●ゆったりハワイアンフラ ~こころとからだを健康に~

リズムにのせてゆったり踊るため、年齢に関係なく誰でも踊れる。2回目以降からの受講可。

**日時** 4/12~7/19の第1・2・3金曜  
 10:15~11:45 全10回 ※5/3は休講  
**対象** 女性 **定員** 先着25人

申込方法  
 説明

☎電話 ☎FAX ☎ハガキ ☎往復ハガキ ☎いちようネット(大阪市生涯学習情報提供システム) <https://www.manabi.city.osaka.lg.jp>  
 ☎メール ☎ホームページ ☎封書 ☎当日会場へ

費用 12,000円 体験1,300円

持ち物 動きやすい服装、タオル

申込 ㊟㊧㊨

### ●Let's Singゴスペル&ポップス ～腹式呼吸で健康づくり～

年齢・性別・経験を問わず、みんなでハ  
ーモニーを奏でる達成感が味わえる。

日時 4/23、5/14、28、6/4、18、7/2、23、  
8/6、20の火曜 13:00～14:00 全9回

定員 先着30人

費用 10,800円 体験1,300円

持ち物 筆記用具

申込 ㊟㊧㊨

### ●英語で歌う懐かしのポップス ～腹式呼吸で健康に～

60～70年代の懐かしい洋楽を中心に選曲  
し、歌詞や発音を基礎からゆっくり練習す  
る。英語が苦手な人も気軽に参加できる。

日時 5/9～8/8の第1・2・3木曜

11:00～12:00 全10回

定員 先着30人

費用 12,000円 体験1,300円

持ち物 筆記用具

申込 ㊟㊧㊨

### クレオ大阪子育て館

電話 6354-0106 FAX 6354-0277

〒530-0041 北区天神橋6-4-20

▶ホームページ [クレオ大阪子育て館](#)

Osaka Metro「天神橋筋六丁目」

### ●ハッピーバレエストレッチ

イスを使ってバレエの名曲とともに無理  
なくストレッチし、80代までの元気なから  
だづくりに繋げる。

日時 【朝クラス】5/7～6/18の火曜

10:30～11:30 全7回

【夜クラス】5/13～6/24の月曜

18:30～19:30 全7回

対象 女性

定員 各クラス先着20人

費用 9,800円

申込 ㊟㊧㊨

### ●つかって覚える英会話

具体的なシチュエーションをイメージし、  
簡単な英単語をつかって楽しく学ぶ。

日時 5/23～6/20の木曜

19:00～20:30 全5回

定員 先着20人

費用 7,000円

申込 ㊟㊧㊨

### ●50代からの印象アップ講座 なりたい自分になるために

自身の印象を客観的にチェックし、少しの  
工夫で印象アップするコツを同世代の講  
師から学ぶ。

日時 6/6～20の木曜

10:30～12:00 全3回

対象 50歳以上の女性

定員 先着20人 費用 4,800円

申込 ㊟㊧㊨

### ●おとなの足育講座 「歩く」を楽しむ!かんたん足トレ

タオルやイスを使って、足の筋肉トレー  
ニング、足の感覚アップ、体幹を鍛える。  
歩幅が大きくなり、転倒やつまずき防止  
の効果も期待できる。

日時 6/7～21の金曜

10:30～12:00 全3回

定員 先着25人 費用 3,900円

申込 ㊟㊧㊨

### 平野区子ども・子育てプラザ

電話 6707-0900 FAX 6707-0900

〒547-0024 平野区瓜破3-3-64

▶ホームページ [大阪市平野区子ども・子育てプラザ](#)

Osaka Metro「喜連瓜破」

### ●おもちゃ病院

子どもにとって大切な壊れたおもちゃの  
修理を受け付ける。

日時 4/13(土) 10:00～11:30

対象 壊れたおもちゃを修理してほしい子ども  
と保護者

定員 先着6組 費用 無料

申込 ㊟

### ●パパも一緒に親子体操

1歳半以上の子どもと一緒にできる親子  
体操(鉄棒・トンネル・でこぼこ道等)。

日時 4/20(土) 10:00～11:00

対象 1歳半以上の子どもとパパ(ママ可)

定員 先着20人 費用 無料

申込 ㊟

### 住まい情報センター

電話 6242-1160 FAX 6354-8601

〒530-0041 北区天神橋6-4-20

▶ホームページ [住まい情報センター](#)

Osaka Metro「天神橋筋六丁目」

### ●住まいを購入する【第1回】

住まいのお金編①

「資金計画と住宅ローン」

会場・ライブ配信

住宅購入前後のマネープランや住宅ロー  
ンの基本、税制優遇やその他の知ってお  
きたい制度、購入時の名義等について、  
住宅購入時の基本となる資金計画につ  
いて解説する。終了後に相談会を実施。

日時 4/20(土) 13:30～15:30

定員 先着50人 費用 無料

申込 ㊟㊧㊨ オンライン受講はHPより申込

### ●住まいを購入する【第2回】

住まい探し編「はじめての住宅購入

～自分に合った住まい探し～」

会場・ライブ配信

これから住宅を購入しようと考えている  
人に、自分に合った住まいを探すにはど  
うすればよいかわかりやすく解説する。

日時 5/11(土) 13:30～15:30

定員 先着50人 費用 無料

手話 2週間前までに要事前申込

申込 ㊟㊧㊨ オンライン受講はHPより申込

## 大阪市教育会館

電話 6941-0951 FAX 6941-7474

〒540-0006 中央区法円坂1-1-35

▶ホームページ [大阪市教育会館](#)

▶メール [kaikan@zaidan.or.jp](mailto:kaikan@zaidan.or.jp)

Osaka Metro「JR森ノ宮」、Osaka Metro「谷町四丁目」

### ●習いごと広場 ラーニングスクエア 春の教室

初心者から気軽に参加できる講座から、  
本格的な内容の講座まで幅広く開催して  
いる。英語・フランス語・中国語などの  
「ことばと文化の講習会」をはじめ、太極  
拳・マジックやプリザーブドフラワーア  
レンジなど趣味や健康のための教室多数。

日時 講座により異なる

対象 初心者から上級者まで講座により異なる

定員 講座により異なる

費用 講座により異なる(1,000円～)

申込 ㊟㊧㊨

## 公立大学

### ●健康測定会

あなたの健康を見える化しよう!

各種測定機器による測定のほか、ウォーキン  
グ教室、健康に関するセミナーを開催する。

日時 4/17(水) 10:15～17:15

場所 健康科学イノベーションセンター

(Osaka Metro「梅田」)

定員 先着4～6人

費用 疲労度測定500円、歩行測定500円、  
その他測定330～550円、

健康に関するセミナー無料

申込 ㊟ (6948-8015)、㊨ ([https://www.  
omu.ac.jp/orp/chsi/fes/index\\_6.html](https://www.omu.ac.jp/orp/chsi/fes/index_6.html))

問合せ 6948-8015 (認定NPO法人健康ラボ  
ステーション)

### ●負担の少ない肺がん手術を 目指します

小さくって肺がんを治す、ロボットや胸腔  
鏡を使って小さな傷で手術をする。手術を  
受けても術前と同じような生活ができる。負  
担の少ない肺がん手術について紹介する。

日時 5/17(金) 16:00～17:00

場所 医学部医学情報センター・ホール

(あべのメディックス6階) (Osaka Metro・  
JR「天王寺」)

対象 18歳以上

定員 先着160人 費用 無料

申込 ㊨ ([https://www.hosp.omu.ac.jp/  
lifelong-learning-course.html](https://www.hosp.omu.ac.jp/lifelong-learning-course.html))

問合せ [gr-hosp-igakukouza@omu.ac.jp](mailto:gr-hosp-igakukouza@omu.ac.jp)

(市民医学講座お問い合わせ窓口)

## 大阪市保健所

### ●呼吸器講演会

近年、患者数が増加しているCOPD(慢  
性閉塞性肺疾患)について、知識の向上  
と予防、健康回復を目的に、呼吸器専門  
医の分かりやすい講話などを行う。

申込の際に  
記入する事項

講座名(催物名)・〒住所・名前(ふりがな)・年齢・連絡先(電話番号、あればFAX番号も)を記入する。手話(「手話通訳」申込可能講座)・

筆記(「要約筆記」申込可能講座)で希望者はその旨を、保育(「一時保育」申込可能講座)で希望者は子どもの名前・年齢、アレルギーの有無を記入する。

※掲載の各事業やイベント等については、主催者の判断により変更または中止、延期される場合があります。開催の有無等につきましては、各申し込み先にお問い合わせをいただきますようお願いいたします。

**日時** 5/23(木) 13:30~15:50  
**場所** 港区役所 5階会議室  
(Osaka Metro「弁天町」)  
**対象** 市内在住・在勤・在学者  
**定員** 先着50人 **費用** 無料  
**申込** ☎(6647-0648)、☎(6647-0718)、  
**HP** (大阪市行政オンラインシステム)  
**問合せ** 6647-0648 (大阪市保健所管理課保健事業グループ)

## 旭区老人福祉センター

**電話** 6955-1377 **FAX** 6955-1398  
〒535-0013 旭区森小路2-5-29  
▶ホームページ [旭区老人福祉センター]   
Osaka Metro「千林大宮」

## ●古代史関連講座「おもしろい古代史シリーズ やりますよ!!」

日本最古の歴史書である古事記を中心に、日本神話とは何かを探る。

**日時** 5/11、7/13、9/14、11/9、令和7年1/11、3/8の土曜 14:00~15:30 全6回  
**対象** 60歳以上の市内在住者  
**定員** 先着25人 **費用** 3,000円  
**申込** 来館のみ

## 大阪市成年後見支援センター

### ●第18期 市民後見人養成講座 オリエンテーション

第18期市民後見人養成講座の開講に先立ち、成年後見制度の内容や、市民後見人の活動について話す。

**日時** ①5/8(水)②5/11(土)③5/17(金)  
④5/18(土) いずれも14:00~16:00  
⑤5/21(火) 18:30~20:30  
**場所** ①城東区民センター(Osaka Metro「蒲生四丁目」)  
②大正会館(シティバス「大正区役所前」)  
③大阪府社会福祉会館(Osaka Metro「谷町六丁目」)  
④大阪市社会福祉研修・情報センター(JR「今宮」)  
⑤中央公会堂(Osaka Metro「淀屋橋」)  
**対象** 成年後見制度・市民後見人の活動に関心のある人  
**定員** いずれも先着①96人②60人③102人  
④144人⑤84人  
**費用** 無料  
**申込** ☎(4392-8900)、  
☎(yousei@shakyo-osaka.jp)  
**問合せ** 4392-8282(大阪市成年後見支援センター)

## コネクションズおおさか

### ●定期出張相談(東淀川区・平野区)

社会的ブランクが長く働けなかつた、対人関係が苦手な電話・面接がつかない、仕事が長続きしない、家族以外に相談できる人がいないなどの悩みに答える。

**日時** ①4/16(火) ②4/26(金)  
14:00~14:45、15:00~15:45、  
16:00~16:45  
**場所** ①東淀川区役所(シティバス「東淀川区役所前」)  
②平野区役所(Osaka Metro「平野」)  
**対象** 15~39歳の自立に悩む若者・子どもの自立に悩む保護者  
**定員** 各先着3組 **費用** 無料  
**申込** ☎(6344-2660)、☎(6344-2677)、  
☎(info@connections-osaka.com)、  
**HP** (https://public.sodateage.net/yss/osaka/)  
**問合せ** 6344-2660(コネクションズおおさか)

## 長居ユースホステル

**電話** 6699-5631 **FAX** 6699-5644  
〒546-0034 東住吉区长居公園1-1  
▶ホームページ [長居ユースホステル]   
▶メール nagai@osaka-yha.or.jp  
Osaka Metro「長居」

### ●未病を防ぐリラックスヨガ

癒しの音楽の中、全身をほぐしつつ、よりリラックスしてヨガを行う。初めての人も無理なく楽しみながら、胃腸の調子や安眠のサイクルなどを整える。

**日時** 4/11~7/18の木曜 9:20~10:20  
※4/18、25、5/30、7/4を除く  
**定員** 先着15人  
**費用** 1回800円(1ヵ月ごとの支払)  
**持ち物** 動きやすい服装、ヨガマットまたはタオル、汗拭きタオル、飲み物  
**申込** ☎☎☎

### ●チューブを使って楽しく健康 室内体操教室

筋トレ×有酸素運動でカラダづくり。筋力をつけることで介護予防につながる。

**日時** 5/9~6/27の木曜 14:00~15:00  
※5/9は体験会、5/30を除く 全6回  
**定員** 先着15人  
**費用** 4,200円 1回800円 ※5/9は100円  
**申込** ☎☎☎

## 青少年センター KOKO PLAZA

**電話** 6370-5421 **FAX** 6370-5423  
〒533-0033 東淀川区東中島1-13-13  
▶ホームページ [青少年センター-KOKO PLAZA]   
Osaka Metro「JR「新大阪」」

### ●KOKO☆チアリーディング

チアリーディングで「元気・勇気・笑顔」で心と身体を育む。途中参加可。

**日時** 4/16~令和7年3/25の火曜  
キッズクラス(4歳~小学3年生) 16:50~17:50  
ジュニアクラス(小学4~6年生) 18:10~19:10  
ティーンクラス(中学生) 19:20~20:20 月4回  
**対象** 4歳~中学生  
**費用** キッズクラス・ジュニアクラス月5,500円、  
ティーンクラス月6,800円  
**申込** ☎☎☎

## ●キッズダンス

新規仲間を募集! 途中参加可。  
**日時** 4/16~令和7年3/25の火曜  
小学1~3年生16:10~16:50  
小学4~6年生17:00~17:40  
**対象** 小学生  
**費用** 小学1~3年生 月3,000円  
小学4~6年生 月4,000円  
**申込** ☎☎☎

## 大阪市地域若者サポートステーション

**電話** 6147-3285  
〒550-0004 西区鞆本町1-16-14-2F  
▶ホームページ [大阪市地域若者サポートステーション]   
▶メール info@shisapo.jp  
Osaka Metro「本町」

### ●自己PRの作り方セミナー 自然で自分らしいPR文

自然で自分らしい、そのまま面接に臨める自己PRの作り方を学ぶ。

**日時** 4/22(月) 13:30~16:00  
**対象** 現在仕事に就いていない、15~49歳の働くことに関する悩みを持っている人  
**定員** 先着6人 **費用** 無料  
**申込** ☎☎☎ ※初回面談・利用登録が必要

### ●志望動機の書き方セミナー 応募企業に合わせて 自分の強みが活かせる!

職種や仕事、会社文化に合わせて自分の強みを表現するポイントを教える。

**日時** 4/26(金) 13:30~15:30  
**対象** 現在仕事に就いていない、15~49歳の働くことに関する悩みを持っている人  
**定員** 先着6人 **費用** 無料  
**申込** ☎☎☎ ※初回面談・利用登録が必要

## 大阪国際交流センター

### ●不思議の国トルクメニスタン ええやんまちフェス 世界をたのしもう!

トルクメニスタン出身の留学生が、母国の文化や歴史、料理、習慣・風習などを日本語で紹介する。

**日時** 4/21(日) 10:30~12:30  
**場所** 大阪国際交流センター (Osaka Metro「谷町九丁目」「四天王寺前夕陽ヶ丘」)  
**定員** 先着20人 **費用** 500円  
**申込** **HP** (https://www.ih-osaka.or.jp)  
**問合せ** 6773-8989(大阪国際交流センター)



## 平野区画整理記念会館

電話 6702-0513 FAX 6702-0519

〒546-0012 東住吉区中野2-7-16

▶ホームページ [平野区画整理記念会館](#)

Osaka Metro 「駒川中野」

### ●映画会「老後の資金がありません」

人生100年時代、老後資金に2,000万円が必要!?現代日本が抱えるお金の問題に普通の主婦が立ち向かう!!

日時 4/28(日) 10:30～、13:30～

定員 各回先着200人

費用 550円(チケットぴあでも販売)

### ●第219回ひらの寄席

個性豊かな5人の落語が楽しめる。桂九寿玉、笑福亭生寿、桂春若、桂阿か枝、露の都が出演。

日時 5/9(木) 13:30～

定員 先着300人

費用 1,100円(チケットぴあでも発売)

# その他のイベント

## その他のイベント

### スポーツ・健康

#### ●つるモビ

歩行による移動をサポートする最新のモビリティ。広大な鶴見緑地内を「つるモビ」に乗って散策できる。

期間 4/14(日)～5/19(日)

10:00～16:00 ※除外日あり

場所 鶴見緑地(Osaka Metro「鶴見緑地」)

対象 小学4年生以上

費用 無料

申込 [HP](https://www.tsurumi-ryokuchi.jp/guide/ride.html) (https://www.tsurumi-ryokuchi.jp/guide/ride.html)

問合せ 6911-8787(鶴見緑地パークセンター)

#### ●アウトドアフィットネス鶴見緑地

開放感ある自然の中でヨガやノルディックウォーキングを楽しめる。レンタルマット(330円)やレンタルポール(無料)も用意。

日時 4/14(日)～5/19(日)

※一部、雨天中止。詳しいプログラムはホームページを確認。

場所 鶴見緑地(Osaka Metro「鶴見緑地」)

対象 18歳以上(高校生不可)

費用 1回1,650円 月会費4,840円

※電子マネー対応、現金は利用不可

申込 [HP](https://www.tsurumi-ryokuchi.jp/) (https://www.tsurumi-ryokuchi.jp/)

問合せ 6911-8787(鶴見緑地パークセンター)

## その他のイベント

### コンサート・舞台・映画

#### ●Osaka Shion Wind Orchestra 第154回定期演奏会

指揮：現田茂夫

プログラム

<ブラスバンド・クロスオーバー>

(ブラスバンド原曲の吹奏楽作品集)

日時 4/27(土) 14:00開演(13:00開場)

場所 ザ・シンフォニーホール(JR・阪神「福島」)

費用 S席6,000円、A席5,000円、B席4,000円、C席2,500円(Shionチケットセンター、Shionオンラインチケットのみ)

学生3,000円

※全席指定

※当日券は各席500円増し

※就学前児童の入場不可

問合せ 0800-919-5508(Shionチケットセンター)

## その他のイベント

### フェスティバル・その他イベント

#### ●せせらぎマルシェ

鶴見緑地が楽しい市場に。農作物の販売やキッチンカーを出店。

日時 4/14～5/19の日曜 9:00～16:30

※除外日あり、雨天中止

場所 鶴見緑地 中央通

(Osaka Metro「鶴見緑地」)

費用 入場無料

問合せ 6911-8787(鶴見緑地パークセンター)



#### ●Kukakuフェスティバル 屋内フリーマーケット

屋内で雨でも楽しめる。キッチンカーやワークショップ、掘り出し物など約40のブースが出店。

日時 4/14(日) 10:00～16:00

場所 平野区画整理記念会館(Osaka Metro「駒川中野」)

費用 入場無料

問合せ 6702-0513(平野区画整理記念会館)

#### ●こどもカーニバル2024

子どもから大人まで、一人でも、家族・グループでも自由に参加・交流できる。

日時 4/21(日) 10:00～15:00

場所 大阪城公園 太陽の広場、野球場(Osaka Metro「大阪ビジネスパーク」)

費用 無料

問合せ 4301-7285(大阪市総合コールセンター)

#### ●ぜん息児水泳教室

水泳はぜん息発作を起こしにくい環境で全身運動ができ、ぜん息の子どもにとって最適な運動。体力向上やぜん息の自己管理方法の習得を図る。

日時 【保護者説明会】

6/27(木) 17:00～18:00

【水泳実習】7/4～9/19の木曜全10回 ※8/1、15を除く

場所 コナミスポーツクラブ京橋

(Osaka Metro・JR「京阪」京橋)

対象 市内在住の「気管支ぜん息」・「ぜん息性気管支炎」と診断されている4歳児(年中児)から小学6年生までの子ども

定員 60人(前半コース30人・後半コース30人)(多数抽選)

費用 無料

申込 [☎](tel:6647-0648) (6647-0648)、[☎](tel:6647-0718) (6647-0718)、

[HP](#) (大阪市行政オンラインシステム)

締切 5/8(水)

問合せ 6647-0648(大阪市保健所管理課保健事業グループ)

#### ●黄金の和船 大阪城 御座船

遊覧時間約20分。

日時 ～令和7年3/31(月)

運行時間：10:00～16:30(15～30分間隔出航)

乗り場：大阪城公園 極楽橋西側

※詳細はホームページを確認

場所 大阪城公園(Osaka Metro「大阪ビジネスパーク」、JR「大阪城公園」)

費用 大人(高校生以上) 1,500円、65歳以上1,000円(要証明)、子ども(小中学生) 750円、幼児(1～6歳未満、但し2人目から子ども料金が必要)無料、乳児(1歳まで)無料

※各手帳持参者(介護者1人) 750円

※団体・貸切可

問合せ 080-3764-3773(伴ピーアール株式会社)

#### ●歴史リアル謎解きゲーム 「謎の城」in 大阪城

大阪城公園内や西の丸庭園をめぐり、歴史の謎を解いていく体験型リアル謎解きゲーム。大阪城の歴史や最後の城主となつた「徳川慶喜の半生」に迫る。

日時 ～6/30(日)

受付時間：9:00～15:30

(最終解答受付16:00)

休催日：月曜(祝日の場合は翌平日)

※実施できない場合あり

場所 大阪城公園(Osaka Metro「谷町四丁目」)

※受付は西の丸庭園

費用 1,500円

問合せ 6755-4146(大阪城パークセンター)

申込の際に  
記入する事項

講座名(催物名)・〒住所・名前(ふりがな)・年齢・連絡先(電話番号、あればFAX番号も)を記入する。 [手話](#) (「手話通訳」申込可能講座)・

[筆記](#) (「要約筆記」申込可能講座)で希望者はその旨を、[保育](#) (「一時保育」申込可能講座)で希望者は子どもの名前・年齢、アレルギーの有無を記入する。