

もも通信

2023
Winter
1～3月号

～ 阿倍野区民センター 講座のご案内 ～

プロ職人が教える

大好評につき今年度も開催！

手作り味噌教室

北海道鶴根大豆・国内産低農薬米・赤穂の塩を使用

元禄二年創業
堺市 糰屋 雨風



場所:阿倍野区民センター 1階 調理室

参加費:3,500 円(3kg お持ち帰り)

※一度いただいた受講料は返金できません

定員: 各 15 名(申込順)

好評につき定員になり次第受付終了

持ち物:エプロン・布巾・お手拭・マスク

密閉容器(タッパー)・持ち帰る手提げ袋

【注意】指輪・ネイル・時計などは外してご参加ください

※持ち帰り用の桶が必要な場合は別途 550 円(税込)でご用意いたします

2023年 1月開催 :19日(木)・20日(金)・21日(土)

開催日 2月開催 :16日(木)・17日(金)・18日(土)

時間:①10:00～11:30 ②12:30～14:00 ③14:30～16:00

※受講料を添えて申込用紙を阿倍野区民センター事務局までご提出ください。

全15回
開催

ヨガ教室

◆開催日:毎週木曜日(月3回)

1月	12日	19日	26日
2月	2日	9日	16日
3月	9日	16日	23日

◆時間:①午前 [10:00～11:30]

②午後 [13:00～14:30]

◆場所:阿倍野区民センター 1階 集会室1

◆受講料:3,000円(3回分)

※一度頂いた受講料は返金できません。

◆持ち物:ヨガマットまたはバスタオル

ナイトヨガ教室

◆開催日:毎週金曜日(月3回)

1月	13日	20日	27日
2月	3日	10日	17日
3月	10日	17日	24日

◆時間:19:00～20:30

◆場所:阿倍野区民センター

1階 集会室1

◆受講料:3,000円(3回分)

※一度頂いた受講料は返金できません

◆持ち物:ヨガマットまたはバスタオル

トラベル英会話教室

◆開催日:土曜日(月3回)

1月	14日	21日	28日
2月	4日	11日	18日
3月	4日	11日	25日

◆時間:17:30～18:30(1時間)

◆定員:15名(申込順)

◆場所:阿倍野区民センター 2階 集会室3

◆受講料:2,400円(3回分)

※一度頂いた受講料は返金できません。



美人姿勢 エクササイズ

◆開催日:火曜日(月3回)

1月	10日	17日	24日
2月	7日	14日	21日
3月	7日	14日	24日

◆時間:13:00～14:00

◆場所:阿倍野区民センター

1階 集会室1

◆受講料:2,100円(3回分)

※一度頂いた受講料は返金できません。

◆定員:20名(申込順) [女性のみ参加頂けます]

<持ち物>:動きやすい服装、水分補給のドリンク

底の薄い靴(バレエシューズ等)※裸足・ソックスでも構いません



超ゆっくり!!
超かんたん!!

エンジョイ バレエストレッチ教室

大人のための超初心者ゆったりバレエストレッチ講座

60代70代の方でも安心して取り組みます。

告知!!

4月から開催予定

受講料

2,400円(3回分・1回800円)

※一度いただいた受講料は返金できません

定員

15名(申込順)

最低5名から開催
(5名に満たない場合は開催出来ません)
※女性のみご参加いただけます。

開催日

火曜日 14:15～15:15

(月3回・1ヵ月3回)

場所

阿倍野区民センター

1階 集会室1

持ち物

動きやすい服装、タオル、水分補給のドリンク、
底の薄い靴(バレエシューズ等)裸足・ソックスでも構いません



阿倍野区民センターホールイベント情報

第17回

あべの吹奏楽フェスティバル

今年で17回目を迎える、阿倍野区内の中学・高校生による吹奏楽の演奏会です。
詳細な開演時間等の日程は決定次第チラシやHPにてお知らせいたします。

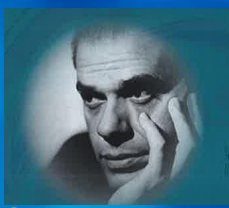
3月19日(日)大阪府立工芸高等学校 3月27日(月)明浄学院高等学校
3月24日(金)大阪府立天王寺高等学校 3月28日(火)大阪府立阿倍野高等学校
3月25日(土)大阪市立文の里中学校 3月29日(水)桃山学院中学校
3月26日(日)大谷中学校・高等学校

あべのコミュニティシネマ情報 vol.78

名匠の作品 傑作集

エリア・カザンとフランク・キャブラ

革命児サパタ



群衆 meet john



2023.3.24(金)

阿倍野区民センター 小ホール(地下1階)

①革命児サパタ	10:30 ~ 12:25	
②群衆	13:10 ~ 15:15	
	1 作品	2 作品
会員価格	800円	1,300円
当日(一般)	900円	1,400円

※必ずマスク着用でご来場ください。
※体調不良や発熱がある場合はご来場をお控えください。
※入場方法や観覧方法等について、制限を設けさせて頂く場合がございます。

定期点検に伴う臨時休館日のお知らせ

当区民センターでは設備の定期点検を行うため、右記の日程は臨時休館日とさせていただきます。休館日は窓口及び電話受付業務は行っておりません。また半年先予約の抽選会は翌開館日に行います。

お客様には大変ご迷惑をお掛けしますが、何卒ご理解ご協力の程よろしくお願いいたします。

休館予定日

2月

20日(月)

■発行 大阪市立 阿倍野区民センター

■ホームページ <http://abeno-cc.net/>

■住所 〒545-0021 大阪市阿倍野区阿倍野筋 4-19-118

■開館時間 9:30~21:30

■お問合せ先 [TEL:06-4398-9877](tel:06-4398-9877) FAX:06-4398-9878

■休館日 12月29~1月3日 及び 臨時休館日