

もも通信

2024
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

北海道鶴娘大豆・国内産低農薬米・赤穂の塩を使用

2024年開催日

時間

1月開催：16日(火)・17日(水)・18日(木)・19日(金)・20日(土)
2月開催：13日(火)・14日(水)・15日(木)・16日(金)・17日(土)
(③は土曜日除く)

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。

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:4,000 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 600 円(税込)でご用意いたします

新規体験講座

【ワンコイン体験】

ピラティス教室

インナーマッスルを鍛え、腰痛、肩こり等の改善を図ります。

60代70代の方でも安心して取り組みます。

特にシニア層の方は老化やケガ防止にも役立ちます。

開催日時: 3月20日(水) 14:00～15:00

場所: 阿倍野区民センター 1階 集会室1

受講料: 500 円(体験料) ※申込は事務局まで

定員: 20 名(申込順) ※但し 10 名より開催

ヨガ教室 (定員20名)	開催日	木曜日(月3回)	時間	①午前 [10:00～11:30] ②午後 [13:00～14:30]	美人姿勢 エクササイズ 教室 (定員20名)	開催日	火曜日(月3回)	時間	13:00～14:00
	1月	11日・18日・25日	場所	阿倍野区民センター 1階 集会室1		1月	9日・16日・23日	場所	阿倍野区民センター 1階 集会室1
	2月	8日・15日・22日	受講料	3,000円(1ヶ月分)		2月	6日・13日・20日	受講料	2,100円(1ヶ月分) [女性のみ参加頂けます]
	3月	7日・14日・21日	持ち物	ヨガマットまたは バスタオル		3月	7日・14日・21日	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
ナイトヨガ 教室 (定員20名)	開催日	金曜日(月3回)	時間	19:00～20:30	エンジョイ バレエ ストレッチ 教室 (定員20名)	開催日	火曜日(月3回)	時間	14:15～15:15
	1月	12日・19日・26日	場所	阿倍野区民センター 1階 集会室1		1月	9日・16日・23日	場所	阿倍野区民センター 1階 集会室1
	2月	2日・9日・16日	受講料	3,000円(1ヶ月分)		2月	6日・13日・20日	受講料	2,400円(1ヶ月分) [女性のみ参加頂けます]
	3月	7日・14日・21日	持ち物	ヨガマットまたは バスタオル		3月	5日・12日・19日	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
トラベル 英会話教室 (定員15名)	開催日	土曜日(月3回)	時間	17:30～18:30	ピラティス 教室 (定員20名)	開催日	水曜日(月3回)	時間	14:00～15:00
	1月	6日・13日・27日	場所	阿倍野区民センター 1階 アトリエ工作室		告知!! 4月より講座開催予定です ※但し10名以上で講座開催		場所	阿倍野区民センター 1階 集会室1
	2月	3日・10日・17日	受講料	2,400円(1ヶ月分)				受講料	3,000円(1ヶ月分)
	3月	2日・9日・16日	持ち物	—				持ち物	ヨガマット、タオル、水分補給のドリンク、動きやすい服装

※受講料は月初1回目の授業終了後に事務局でお支払いください。一度頂いた受講料は返金できません。

阿倍野区民センターホールイベント情報

第18回

あべの吹奏楽フェスティバル

今年で18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。
詳細や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23日(土)大阪府立天王寺高等学校 3月29日(金)大阪市立文の里中学校
3月24日(日)明浄学院高等学校 3月30日(土)桃山学院中学校
3月27日(水)大谷中学・高等学校

第二回 阿倍野区民寄席



寄席

日時: 2月11日(日)

1回目 10:30 開場/11:00 開演(12:00 終演予定)
2回目 12:30 開場/13:00 開演(14:00 終演予定)
3回目 14:30 開場/15:00 開演(16:00 終演予定)



<出演> 笑福亭生寿(落語二席) 桂 治門(落語一席)

料金:前売り・当日ともに 500 円/ 場所:阿倍野区民センター集会室1(1階)

<阿倍野区民センターからのお知らせ>

ホールご利用のお客様へ…4月1日からピアノの調律代が上がります。

① 大ホール 17,600 円 ② 小ホール 18,700 円

調律に必要な時間は2時間です。

「第2回サマードンスフェスタ in あべの」
(2023年8月27日開催)の動画を
YouTube にて絶賛掲載中!!

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。

2024年	
2月	19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日~1月3日及び臨時休館日