

錦秀会住吉区民センターお部屋のご紹介



調理実習室

親子クッキング教室に参加されたお子さんから

「パンはじめてつくったよー^^
ちよどの高さで生地がこねこねしやすかった
あー楽しかった^^」

楽しんでいただけてよかったです
ぜひご利用ください

※入口側の作業台（写真右側）は、参加される方に合わせて低くすることが可能です。
※調理実習室では、こちらで料理をされてお食事をしていただくことも可能です。
*調理実習室に備え付けている備品はQRコードからアクセスしてご確認ください。



お部屋の名前そのまんま！
みなさまご想像通りの和室です。
図書館棟には集会室もありますが、あえて和室で会議...というのは、
会合といいますが、寄合といいますが、時代劇の話し合いのような
雰囲気が出ていいのではないのでしょうか。
二人の大人が饅頭の包みを持って入ればあら不思議。
悪代官ごっこができます。
とまあこのように気軽に古の和を取り入れることができます。
ぜひご利用くださいませ



和室



スタジオ

ギターアンプやキーボードなど、もともと備え付けの機材があるので、
必要最低限の荷物で手軽に音楽活動ができます！
バンド・吹奏楽等の練習にもぜひどうぞ
本番はぜひ小ホールで！

*スタジオに備え付けている機材はQRコードからアクセスしてご確認ください。



絵画や工芸はもちろんのこと、習字やプラモデル作りなど、
幅広い使い方ができる部屋です。
一般的な集会室（会議室）ではできないことができる場として、
子ども向けから大人向けまで、多種多様な催しが行われています。
ぜひご利用ください
※廊下側のガラス面は、ご利用者さまの声にお応えして、
目隠しシートを設置しました。



アトリエ

発行人よりひとこと：今回「錦秀会住吉区民センターの様々な活動を、より多くの皆様に知っていただきたい！」との思いから、このような広報紙を作成しました。「区役所には来たことがあるけど、区民センターに入ったことはない」「そもそも、区民センターという名前を初めて聞いた」という方もいらっしゃるのではないのでしょうか。区民センターは、市民の皆様が気軽に立ち寄ることができ、様々な講習会や行事も開催している施設です。この広報紙を最後までお読みくださり、少しでも興味を持っていただけたら、ぜひ、区民センターに立ち寄ってみてください。



すみよしタイムズ

創刊号



発行日：令和5年1月 発行人：大阪市コミュニティ協会住吉区支部協議会
住所：大阪市住吉区南住吉3-15-56 錦秀会住吉区民センター／電話：06-6694-6100 FAX：06-6694-6115



あけましておめでとうございます

平素より「錦秀会住吉区民センター」をご利用いただき、誠にありがとうございます。
当施設は、2007年11月竣工以来、市民の交流の場、活躍の場、どなたでも利用できる施設として多くの方にご利用いただいております。
大・小ホールをはじめ、アトリエ工作室、スタジオ、調理実習室、和室、集会室などがリーズナブルにご利用いただけます。
ホームページで予約状況もチェックできますのでとても便利です。
また、各種講習会・イベント、ロビーのフォトスポットや区民ギャラリー展示もありますので、ぜひ気軽にお立ち寄りくださいませ。

住吉区民センタースタッフ15人に聞きました!! おうちのお雑煮はどんなお雑煮!?

Q1 お雑煮は食べますか?
はい 93.3% いいえ 6.7%

Q2 おもちの種類は?
①丸もち 80.0% 角もち 13.3%
②煮る 60.0% 焼く 33.3%
③あんなし 93.3% あん入り 0%

Q3 お出汁の種類は?
すまし 33.3% 小豆汁 0%
赤味噌 6.7% 白味噌 40.0% 合わせ味噌 13.3%

あなたのおうちのお雑煮は?

今後のスケジュール

- 1/8 住吉区成人の日記念のつどい（成人式）
- 1/13 第46回新春！かるた大会
- 1/22 住吉区子どもマラソン大会
- 1/29 音楽のおもちや箱 親子でクラシック
- 2/5 第60回ほろ酔い寄席
- 2/25 アルテミス作戦～そして未来を裏切った～
- 2/26 住吉区ドッジボール大会
- 3/12 住吉スポーツフェスティバル
- 4/15 ドレミコンサート（仮称）



すみちゃん書き初めました

錦秀会住吉区民センター講習会・イベントのご紹介

錦秀会 住吉区民センターでは、からだを動かす・教養を深める・音楽を楽しむ講習会を開催しています。気になるものがあれば、ぜひ見学・体験してください！
具体的な日程は、錦秀会 住吉区民センター HP をご確認ください！



健康バレエストレッチ 月曜日 10:00-10:50 / 木曜日 19:00-19:50 **大ホール**
健康ダンスストレッチ 月曜日 11:00-11:50 / 木曜日 20:00-20:50 **大ホール**

現在、錦秀会住吉区民センターにて、月曜日の午前と木曜日の夜間に開講される**バレエストレッチ**と**ダンスストレッチ**をそれぞれ50分ずつおこなっています。

バレエストレッチでは、初めは座ってストレッチをおこない、それから、優雅な音楽に合わせ、バレエの要素を取り入れた動きをおこないます。美しい姿勢や体幹、エレガントな指先の使い方、下半身の筋肉を意識することを習得します。ダンスストレッチでは、初めは座ってストレッチをおこない（ツボ押しや体幹エクササイズ等も）、音楽に合わせて、楽しく踊ります。ジャズダンスやモダンダンス（20世紀初頭にアメリカやドイツなどで生まれた新しいジャンルのダンス）が主です。楽しく有酸素運動をおこないながら、ストレス発散をしていただけるよう取り入れています。からだづくり・仲間づくりを楽しく始めてみませんか？ 随時見学も受け付けておりますので、ぜひ足をお運びください。



癒しのリラックスヨガ 月曜日 19:00-20:30 大ホール

毎日楽しく美しく過ごす為にヨガを始めてみませんか？
心にも身体にも寄り添った**癒しのヨガ**です。
ヨガを行うと内臓の動きが強化され、「免疫力」が強くなり、**生命力**が高まります。そして心身のストレスを解消し、生きることへの**喜び**や**感謝**の気持ちが自然と湧いてきます。ヨガは単なる体操ではありません。今の自分と向き合い、ありのままを受け入れ、**自らを愛し癒していく**ものです。今の自分をより幸せに変化させていくことができます。

太極拳入門 火曜日 10:30-11:45 大ホール

太極拳は中国の古い歴史の中から生まれた武術であり**健康法**です。上下・前後・左右に無理なく動く全身運動で、身体のバランス回復や緊張を和らげる効果があります。力を使わずリラックスして行う**身体にやさしい運動**なので、**年齢を問わず楽しむ**ことができます。この入門講座では、愛好者人口が最も多く、初めての方でも楽しく学べる「簡化24式太極拳」を講習しています。75分の講習内容は、①まずストレッチで身体をほぐし、②中国古来の養生法をベースにした医療体操「練功十八法」を音楽と共に楽しく行い、そして③メインである「簡化24式太極拳」の練習です。簡化24式太極拳は、健康のため運動をしたい方はもちろん、武術としての太極拳に関心のある方にも入門編として**ピッタリ**です。10月に開講したばかりのクラスで、今は24ある動作を一から覚えていくところです。**見学や体験レッスンも可能**ですので、少しでも興味をお持ちでしたら、ぜひお気軽にお越しください。



住吉区民センターからアンケート回答のお願い！

住吉区民センターでは、より利用しやすいお部屋、より参加しやすい講習会・イベントにしていくため、アンケートを実施しています。右のQRコードからアクセスしてお答えいただくと幸いです。アンケートにお答えいただいた方から**抽選でチケットをプレゼント!!**



講習会の講師やりませんか？

住吉区民センターでは、講習会の講師を募集しています。「やってみたいな」という方は、右のQRコードからアクセスして必要事項をご記入ください。※申し訳ありませんが、全ての方に講師をお願いするわけではありません。



音楽のおもちゃ箱

小さなお子さんから大人まで楽しめる「音楽のおもちゃ箱」。これまで各地で多くのお客様から大好評をいただいています。クラシック音楽、テレビ主題歌、アニメ曲など、おなじみの曲をたくさん用意しました。指揮者コーナー、手拍子のコーナーなど、みんなが参加できる楽しい企画もたくさんあります。初めての演奏会、初めてのオーケストラ、初めてのクラシック。どうぞ家族揃って、お気軽にお越しください。



2023.
1.29 (日) 開演 14:00 (開場 13:30)
錦秀会 住吉区民センター 小ホール 全席自由
500円 / 1席 (保護者1人につきお子様1人 膝上鑑賞無料) 詳しくはこちら



住吉区民合唱団 金曜日 19:00-21:00 小ホール

私たち、住吉区民合唱団は令和元年6月に結成されました。毎月第1・第3金曜日の19時から住吉区民センター小ホールで加藤八千代先生のご指導のもと練習をしています。新規団員募集中です。見学・体験練習大歓迎ですので、是非お気軽にお問い合わせください。
●今後の出演予定
2月18日 住吉文化フェスティバル
9月10日 大阪市コミュニティ合唱祭



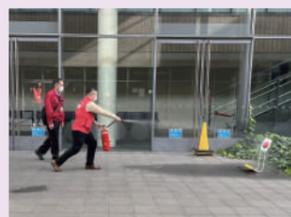
交流スペース 火・金曜日 13:00-16:00 図書館棟 2階 交流スペース

交流の場にするのもよし！簡単な打合せに利用するのもよし！置いてある本はお好きにお持ち帰りいただいて大丈夫です（一部除く）是非、お気軽にお立ち寄りください



住吉区民センタースタッフダイアリー

10月某日 晴
Happy Halloween!!
センター棟のロビーに**たくさんのおぼけが!**
すみよし区民まつりに向けてフォトスポットをつくりました!



12月某日 晴
大阪消防振興協会さんの指導のもと、消防訓練をおこないました。避難訓練、通報訓練、水消火器**いざという時のために**、ひとつひとつ確認しながら実施しました。

詳しくはこちら

桂 福團治
露の吉次
中入
桂 梅團治
桂 三度
桂 小梅

2023年
2月5日(日)
昼1時30分開演
(1時開場)
錦秀会 住吉区民センター
住吉ふれあい亭
(小ホール)
【参加負担金】
予約・当日とも2,500円

三代目春團治一門会
●同期競演

2022年度 日本写真映像専門学校 卒業制作映画

アルテミス作戦
~そして未来を裏切った~

2023年
2/25 (土) 19:00~
錦秀会 住吉区民センター 大ホール
入場無料・事前予約

詳しくはこちら

12月某日 晴
花さかすみちゃんから花苗をいただき、センター棟の前のプランターの植え替えをおこないました。
どんなお花が咲くのが楽しみです!

12月某日 晴
Merry Christmas!!
センター棟のロビーと区民ギャラリーに**クリスマス仕様**のフォトスポットをつくりました! 近所の子どもたちが何枚も写真を撮ってもらっていました。

twitter で公開中! →