

第371号
2026年10月



梅の香



発行
城陽市青谷コミュニティセンター運営委員会
TEL 0774-53-8273
FAX 0774-56-6042

親子うんどう教室

～親子でニコニコ運動タイム～

日時:11月11日(水)10:00～11:00

講師:カワイ体育教室

定員:先着10組 2歳～未就園児とその保護者対象
参加費無料

持ち物:水筒・動きやすい服装・素足で運動

申込10月21日(水)10:00から来館か電話



ごゆるいとシネマを

「35年目のラブレター」

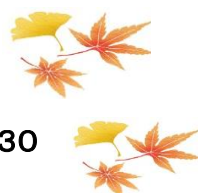
日時:11月15日(日)13:30～15:30

定員:先着25人 大人対象

参加費:無料

申込10月31日(土)10:00から来館か電話

《出演》笑福亭鶴瓶・原田知世・安田顕・重岡大毅
文字の読み書きができない夫が支え続けた妻に感謝のラブレターを書きたいとの思いで夜間学校で学び直し、一通のラブレターを書いていく。



小皿の絵付け体験はいかが

～素焼きに青をおよがせて～

日時:11月13日(金)10:00～12:00

講師:城陽作業所

定員:先着15人

参加費:700円 (直径14センチ仕上がり・2枚分)

持ち物:エプロン

申込10月16日(金)10:00から材料費を添え来館



福祉環境部会主催 施設見学

「郡山歴史ロマンと味覚を楽しむ」
～柿の葉寿司づくりと豊臣兄弟ドラマ館!!
城跡・城下町めぐり～

日時:11月20日(金)青谷コミセン 8:40集合
9:00出発16:30帰館予定

定員:抽選25人 雨天決行 市のバス利用

参加費:2900円(入館料・体験料)

※昼食代は含まない(自由食)

持ち物:飲物、雨具

申込11月6日(金)10:00に参加費を添え来館抽選



ひめトレでつくる美姿勢

～椅子に座ってできる、やさしい体幹トレーニング～

日時:11月26日(木)10:00～11:00

講師:伊東 香順氏

定員:先着10人 大人対象

参加費:無料

持ち物:上履き・タオル・飲物・動きやすい服装

あれば、ひめトレ用ポール・ヨガマット

申込11月4日(水)13:00から来館か電話



甘いもの好き集合

～黒豆パウンドケーキを作ろう～

日時:11月27日(金)13:00～16:00

講師:城陽作業所

定員:先着16人

材料費:500円 (18センチ×8センチ)

持ち物:エプロン・三角巾・マスク・手拭きタオル・

持ち帰り袋

申込10月24日(土)13:00から材料費を添え来館



文化レク部会主催 クリスマス会

レクリエーションとバルーンアートとパフェ

日時:12月6日(日)12:30～15:00(受付12:20)

講師:レクリエーション 今西 啓員氏

バルーンアート 小林 裕明氏

定員:20人 ※青谷校区在住の小学生対象

参加費:300円 持ち物:水筒

申込11月8日(日)10:00に専用申込用紙に記入の上、

参加費と共に持参し来館受付

※但し10:00の時点で定員20人を超えた場合は抽選



フラムキッズ うんどうかい

日時:10月20日(火)受付10:00 10:30～11:30

場所:青谷コミセン3階集会室 ※詳しくは

共催:青谷地区民生児童委員協議会 ポスターにて!

青谷コミュニティセンター

お問合せ sms.tel 西 裕司氏 070-8362-1644

【定期講座①②いずれも参加費無料】

①みんなの歌ひろば～霜月の曲～

日時:11月18日(水)13:30～15:00

講師:葭村 洋平氏 廣瀬 友瞳氏

定員:なし(最大30人) 大人対象

持ち物:飲物 ☆申込不要(当日窓口にて受付)

②大人の健康教室

～脳トレ筋トレでいきいきと!～

日時:11月19日(木)10:00～11:15

講師:健康運動指導士 池垣 真美子氏

定員:先着16人

持ち物:飲物・タオル・運動ができる服装・運動靴

申込11月4日(水)10:00から来館か電話





青谷コミセン 図書室だより

新刊案内

※印は市民の方からの寄贈本です。ありがとうございました。



一般書

- 森へつづく道(ハヤブサ消防団②)
ミサゴの守る町
はじまりのスープ、夏ゼリー
きよくしぶとくやかましく
無音(忌み語を紡ぐ町)
※ ベーカーリーエウレカの謎解きレシピ(教授のパン屋さん①)
ふたりの秘密と焼きたて推理(教授のパン屋さん②)
黒猫日和(茶屋占い師がらん堂⑤)
すずの花札(茶屋占い師がらん堂⑥)
※ 風を紡ぐ
※ 一次元の挿し木
※ 羽州ぼろ鳶組①～⑪
※ 羽州ぼろ鳶組外伝①②

地球の歩き方(神戸市)

仕事をやめるまでに年間120万円の配当金を手に入れる
最強の株式投資
税務署員うつうつ日記
舞妓をめぐる花街の人々
ハニートラップにかかった男たち
人生が変わる老眼治療
かむ・飲み込むが難しい人のごはん
かぎ針で編むハローキティ
おうちで麻辣湯レシピ
農家が教えるカメムシの防ぎ方

池井戸 潤
砥上 裕将
瀬尾 まいこ
寺地 はるな
櫛木 理宇
近江 泉美
近江 泉美
高田 在子
高田 在子

あさの あつこ
松下 龍之介
今村 翔吾
今村 翔吾

- ※ ミニマルインフルエンサー主義
※ 「平成の天皇家」と「令和の天皇家」
※ 利息生活で老後を楽しむ! (“米国債・ドル建て社債”の教科書)
※ 大相撲名伯楽の極意
※ 脳がみるみる若返る脳活性おりがみ

中島 侑子
大木 賢一
能登 清文
九代伊勢が濱正也
新宮 文明

児童書

最強ロボット決戦! 編(つかめ理科ダマン⑫) テフン
絵でわかる建物の歴史 アルタリリバ
大集合! めいろ・まちがいさがし・えさがし83
なかさこかずひこ!
とけいのはりやすみ 村上 しいこ
すごいぞカラス バターワース
ふざけないの、デイビット シヤノン
みんなのおうち 近藤 薫美子
おつきみどろぼう(紙芝居) 荻田 澄子

- ※ きゅうきゅうしゃしゅつどう! はっとり ひろき
※ 親子でつくろう! 遊べるおりがみ 山梨 明子
※ 裏表をいかす両面おりがみ 長谷川 太市郎
※ 壁面おり紙スペシャルBOOK 山口 真

干支の飾りを作ろう

羊で迎えるめえーでたい一年

2026.12.9(水)13:00~16:00

青谷コミセン軽運動室

講師:里見 春枝氏

定員:8名

材料費:1000円(台紙代金別途必要)

持ち物:なし

申込み:11/18(水)13:00~

材料費を添えて図書室まで



ちゃれんじあーと

TRICK OR TREAT

図書室では毎月たのしい工作を実施!
一度図書室をのぞいてみてください♡
(講座開催日等、一部実施できない日もあります)

10月「ハロウィン」

絵本ライブも随時開催しています



問合せ:青谷コミセン図書室53-8273

