



【受付時間】

●レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター、佐野・長南公民館

火～日曜日（祝・休日除く）午前9時～午後5時

●いずみさの女性センター 火～土曜日（祝・休日除く）午前9時～午後5時15分

●北部・南部市民交流センター本館、北部公民館 月～金曜日（祝・休日除く）午前9時～午後5時

●南部市民交流センター青少年センター 月～金曜日（祝・休日除く）午前9時～午後5時

●レイクアルスタープラザ・カワサキ歴史館いずみさの

火～日曜日（祝日除く。月曜日が祝日の場合は、月曜日と火曜日が休館）午前9時～午後5時

●J:COM末広体育館（市民総合体育館）

火～日曜日（祝日除く。日・月曜日が祝日の場合、火曜日は受付不可）午前9時～午後5時15分

※祝日の開館状況は各施設に問い合わせてください。
また、身体の障害などにより、配慮が必要な場合は申込時にお知らせください。

文化・教養

レイクアルスタープラザ・カワサキ
生涯学習センター

☎4699・7120
Fax 4699・7121

■美脳力！速読体験講座

「速読」は斜め読みや飛ばし読みではなく、内容の理解度や記憶力は従来通りで、読書速度だけを引上げる方法です。トレーニングで2～10倍の速さになり、同じ時間で何倍も読書や学習が出来るようになります。その結果、記憶力や集中力のアップ、脳のアンチエイジングに繋がります。速読トレーニングにより、数パーセントしか使っていない脳（右脳や潜在意識）を活性化させることで、自分が気付かなかった可能性を引き出します。

日時 9月29日(出)午後1時～3時
対象 中学生以上
定員 24人(先着順)
講師 辻野由紀子さん(美脳アカデミー速読インストラクター)
資料代 100円
持ち物 筆記用具、電卓
申込 9月6日(休)以降に電話、FAXで
※一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に

■ちりめん摘み細工

アフセサリー講座

あらかじめ摘みであるちりめん布パーツを使って、色合わせや配置を自由に楽しみながら、100%オリジナルのアフセサリーを製作します。ペンダントとブローチから選択(ペンダントの紐はエンジ・紺・黒から選択、花弁のパーツは当日選択。ブローチは材料費納入時に先着順で色を選択)してください。

チェーンを付ければ着物の根付にも使えるハイセンスな和風アフセサリーを作りましょう！

日時 10月2日(火)
①午前10時～11時
②午前11時10分～午後0時10分
定員 各10人(先着順)
講師 坂元一美さん
材料費 1,000円
持ち物 爪楊枝、濡らした手拭きタオルまたはウエットティッシュ、木工用ボンド(速乾タイプ)、ピンセット(あれば)
申込 9月7日(金)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは9月21日(金)まで
※一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に



■【アンコール企画】

親子でアイシングクッキー作り♪
ハッピーハロウィン♪

毎年大好評のアイシングクッキー作り講座です。今年はハロウィンクッキーを作ります。人気のステンドグラスクッキーにも挑戦します。



日時 10月13日(出)午後1時～3時
対象 おおむね5歳～小学生の子どもと保護者
定員 10組(先着順)
講師 高木はる奈さん(JSAアイシングクッキーマスター認定講師)
材料費 1組1,500円
持ち物 子ども1人追加で+800円、ふきん2枚、筆記用具、持ち帰り用箱(20×15×深さ3cm以上)
申込 9月11日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは10月6日(出)まで
※一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に

■【アンコール企画】

篆刻作り講座

朱と白の織りなす印の世界へ！
世界で一つのあなただけの印を作ってみませんか？印のサイズは文字数に応じて選択(20～25mm四方、長さ5cm)してください。

日時 10月20日(出)午後1時～4時
対象 中学生以上
※昨年度未受講者優先
定員 16人(先着順)
講師 中島大夢さん
(日本書芸院二科審査会員)
材料費 1,000円
持ち物 ポケットティッシュ
※印刀は貸し出します。
申込 9月12日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは10月10日(火)まで
※材料費納入時に篆刻する文字(名前または好きな文字で1文字または2文字)を記入してください。一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に



文化・教養

スポーツ

歴史

相談

福祉

健康

その他

文化・教養(つづき)

長南公民館

☎4655・0786

Fax 4655・1103

■「和食だし」体験講座

和食の味の決め手となるだしの正しい取り方と地元野菜を使った料理を実習します。だしの飲み比べをして、本物のだしについて学びましょう。
※受講者に粗品をプレゼント

日時 9月28日(金)

午前10時30分～午後1時30分
メニュー 地元野菜と油揚げの煮物、みそ汁、昆布とかつお節のつくだ煮、白飯

対象 16歳以上

定員 16人(先着順)

講師 阪口全容さん

材料費 500円
(大阪ガス(株)食育担当)

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具

申込 9月5日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは9月21日(金)まで

■インテリア

ハーバリウム作り講座

プリザーブドフラワーやドライフラワーを専用オイルで瓶詰めした新感覚のインテリア雑貨です。

日時 10月5日(金)午前10時～正午
対象 16歳以上

文化・教養

スポーツ

歴史

相談

福祉

健康

その他

定員 16人(先着順)
講師 挽田阿美さん

材料費 1,500円
(100ml入り)

持ち物 ティッシュペーパー、持ち帰り用袋

申込 9月6日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは9月23日(水)まで



佐野公民館

☎4633・6181

Fax 4699・2243

■からだに優しい初秋の献立

残暑を乗り切るためのヘルシーな料理を作りましょう。

日時 9月21日(金)

午前10時～午後0時30分
メニュー まぐろの和風カルパッチョ、里芋バーグ、ごま豆腐、梅ごぼん

対象 16歳以上

定員 16人(先着順)

講師 奥野文子さん

材料費 800円

持ち物 エプロン、ふきん3枚、三角巾、筆記用具

申込 9月5日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは、9月14日(金)まで

泉佐野短歌クラブ

日々のありふれた感動を、三十一文字にしてみませんか。

日時 第4水曜日
午後1時～3時

問合先 米谷
(☎4633・4413)

北部市民交流センター本館・北部公民館
☎4644・5725
Fax 4699・2284

■PPバンドでつくる

小ぶりにカゴバッグ
梱包用に使われているPPバンドで、軽くて丈夫で水に強い、小ぶりにカゴバッグをつくりまします。

日時 9月25日(水)

午前10時～11時30分

対象 16歳以上

定員 15人(先着順)

講師 松川扶実さん(北部市民交流センター本館登録講師)

受講料 600円(材料費含む)

持ち物 はさみ、メジャー、ガムテープ、洗濯ばさみ15個

申込 9月4日(水)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは9月18日(水)まで



■羊毛刺繍で

手鏡にデザインしよう

専用のニードルを使って、羊毛フェルトに刺していくだけで、簡単に温かみのある刺繍ができる羊毛刺繍を体験しませんか。

日時 10月1日(月)

午後1時30分～3時

対象 16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 高田真由美さん

受講料 1,700円
(羊毛刺繍作家)

申込 9月7日(金)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは9月21日(金)まで

日時 10月15日(月)

午前10時～11時30分

対象 16歳以上

定員 20人(先着順)

講師 泉原一弥さん

受講料 1,700円
(日本苔緑化研究所所長)

持ち物 持ち帰り用袋

申込 9月7日(金)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは10月4日(水)まで



■身体に優しく栄養満点!

簡単ローブブラウニーを作ろう

砂糖や小麦粉、卵などを一切使わず、非加熱でつくるロースイーツ。生きた酵素を使ったおいしいロースイーツの作り方や酵素のお話、ヴィーガンアイスの試食もしていただきます。

日時 10月13日(土)午後1時～3時
対象 16歳以上

■苔と遊ぼう!苔テラリウム

透明なガラス容器などの中で植物を培養するテラリウムで、苔をメインに「苔テラリウム」を作ります。

日時 10月15日(月)

午前10時～11時30分

対象 16歳以上

定員 20人(先着順)

講師 泉原一弥さん

受講料 1,700円
(材料費含む)

持ち物 持ち帰り用袋

申込 9月7日(金)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは10月4日(水)まで





文化・教養(つづき)

(一財) 泉佐野みどり推進機構
りんくう中央公園
☎469・3332

■絵手紙教室

～十五夜お月さま～

日時 9月17日(祝)

午後1時30分～3時30分

定員 12人(先着順)

講師 前河直子さん

(ゆーもあーと)

受講料 1,500円

(材料費含む)

申込 9月14日(金)まで

■癒されweek

開催日(9月)	講座名
①18日(火)	プリザーブドフラワー
②20日(木)	アメリカンフラワー
③21日(金)	あなたのカラーは？ パーソナルカラー

①③…

●午前10時30分～午後0時30分

●午後1時30分～3時30分

②:午前10時～午後0時30分

定員 各12人(先着順)

講師

①太田知佳子さん

(アトリエフルール)

②後藤昭美さん(キャンディポム)

③砂田里美さん(ハートロジー)

受講料 各2,500円

(材料費含む)

持ち物 ①② はさみ、持ち帰り用袋
申込 各開催日の3日前まで



各種文化・教養

■関西学院大学

「グリークラブ合唱コンサート」

日時 9月16日(日)午後2時～5時

場所 エブノ泉の森大ホール

出演 関西学院グリークラブ、新池中学校、佐野台小学校コーラス部、泉南女声合唱団

主催 関西学院同窓会関空支部

後援 泉佐野市教育委員会、泉南市教育委員会、阪南市教育委員会、熊取町教育委員会、田尻町教育委員会、岬町教育委員会

申込・問合せ 9月13日(日)までに

関西学院同窓会関空支部事務局

(山下) ☎090・33353・3617(ハ)

※観覧無料

■本場の春巻きに挑戦!

中国出身の講師と本格派中国料理を作りましょう。料理の後に、楽しいおしゃべり交流会をします。

日時 9月21日(金)

午前10時30分～午後1時

場所 南部市民交流センター本館

メニュー 春巻き、ワントランスアップ、デザート

定員 20人(先着順)

講師 陳 梅さん

材料費 700円

申込・問合せ NPO法人 泉佐野地球交流協会(ica)(火)土曜日

の午前10時～午後5時 ☎429・9741

Fax 429・9742 eメール:ica@icag.jp

※アップルパイ

手作りのアップルパイでテイ

ムタイムをすごしませんか?他に、

もう一品作ります。

日時 10月1日(月)午前10時～正午

定員 15人(先着順)

講師 木村明美さん

材料費 1,000円

持ち物 エプロン、マスク、三角巾、ふきん、筆記用具、持ち帰り

用容器

場所・申込・問合せ 9月5日(日)以

降に本人が電話、FAXで南部市民

交流センター本館(☎466・1641

Fax 466・4744)ハ

※申込不要、参加無料

■はじめての

セルフ・カウンセリング

～コミュニケーション力アップ～

心の整理法を身につけて、家庭

や職場など、周囲の人たちとより

よい関係を築きましょう!

どなたでも受講できます。

日時 10月5日(金)午前10時～正午

場所 レイクアルスタープラザ・

カワサキ生涯学習センター

定員 20人(先着順)

講師 出来麻有子さん(NPO法人

セルフ・カウンセリング普及協会

コミュニケーション・トレーナー)

申込・問合せ 電話またはFAX

で、いずみさの女性センター(☎

469・7125)ハ

※受講無料。一時保育(1歳～就

学前)あり、希望者は申込時に(締

切:9月22日(出))



■第420回観の会

日時 9月20日(日)

午後3時30分～5時

場所 佐野公民館

テーマ 佐野の祭りⅡ

話す人 北山 理さん

問合せ 岡村(☎464・7723)

※申込不要、参加無料

スポーツ

■テニスの日無料レッスン

開催日 9月23日(祝)

コース・時間

①硬式テニス:午前9時～11時

②ソフトテニス:午前10時～正午

場所 りんくう中央公園テニス

コート(①1・2番コート②5番

コート)

対象 小学生以上の市内在住者

※初心者に限る

定員 ①30人②10人

(申込多数の場合は抽選)

講師 泉佐野市テニス協会、泉佐

野市ソフトテニス協会

申込 9月14日(金)(当日消印有効)

までに、往復ハガキの往信用に住

所、氏名、年齢、電話番号、希望コー

ス(硬式テニスまたはソフトテニ

スの区分)を、返信用に住所、氏

名を記入し、☎598・0032

新安松1丁目1番22号 J・C O

M末広体育館(市民総合体育館

内)テニスの日無料レッスン係へ

問合せ

①総合

(☎090・8758・8921)

②清水

(☎090・3945・7608)



※各施設の受付時間は、27ページをご覧ください。

歴史

レイクアルスタープラザ・カワサキ
歴史館いずみさの

☎4699・7140
Fax 4699・7141

■歴史学講座

【宗教史編（陰陽道史概論）】

～第5回 上皇と武士と陰陽師～

開催日 9月12日(水)

講師 細田慈人（当館学芸員）

【戦国期の武将と僧たち】

～第1回 織田信長と

顕如・教如親子～

開催日 9月21日(金)

講師 松迫 寿（当館学芸員）

いずれも

時間 午後1時30分～3時

定員 60人（先着順）

資料代 200円

申込 直接または電話で

■ワークショップ

「張り子の起き上がりこぼしを

つくろう！」

好きな色を塗って、自分だけの
起き上がりこぼしをつくりま

日時 9月15日(土)

午後2時～3時30分

※申込不要、参加無料。材料が無
くなり次第終了

文化・教養 スポーツ

泉佐野ふるさと町屋館

(旧新川家住宅)

☎4699・5673
Fax 4699・5673

■小・中学生の陶芸体験

クリスマスツリーをつくりま

※小学1～3年生は保護者同伴で

日時 9月15日(土) 午前10時～正午

定員 10人（先着順）

参加費 1,000円

申込 9月8日(土)・9日(日)の午前

10時～午後4時に



■恒例朝市

日時 9月15日(土)

午前10時～午後1時

■ふるしき手づくりマーケット

日時 9月15日(土)

午前10時～午後4時

※申込不要、参加無料

■新川家教室

●木彫り教室…9月14日(金)

午後10時～

●仕舞・謡曲教室…9月18日(火)

午後1時～

●フルート教室…9月20日(木)

午後1時30分～

●着付教室…9月20日(木)

午後1時30分～

※申込は開催日の3日前まで

各種歴史

■地域の歴史発掘講座第3回

～第5回ありとほし新能

プレイベント～

日時 9月17日(祝)

午後0時30分～3時

場所 蟻通神社 社務所

(長滝814番地)

内容 教科書の中だけではもつた

いない！～蟻通神社に伝わる伝

承を深く掘り下げる～

●第一部：講演「浮世絵師 鈴木

春信と見立絵の世界」浅野秀剛さ

ん（あべのハルカス美術館 館長）

●第二部：パネルディスカッション

「五右衛門楽師たちの舞台裏。もつ

と知りたい能世界」馬野正基さん、

吉沢 旭さん、辻 雅之さん、上

田慎也さん

定員 70人（先着順）

※当日、午前10時より社務所で整

理券を発行します。

資料代 200円（ありとほし新

能のチケットをお持ちの人は無料）

主催 泉佐野歴史発掘委員会

後援

泉佐野市、泉佐野市教育委員会

協力 ありとほし新能実行委員会

問合せ

蟻通神社（木戸

☎090・21

03・5395）

▲紀貫之の故事伝承の図

相談

■女性のための特設法律相談

(予約制)

離婚に関する相談や暴力(DV、

ストーカー、セクハラ、性暴力、

性犯罪)被害に関する相談を、女

性弁護士がお受けします。

日時 10月2日(火) 午後1時～5時

※相談時間は1人25分

場所 熊取町役場 東館2階相談室

(熊取町野田1丁目1番1号)

対象 泉佐野市・泉南市・阪南市・

熊取町・田尻町・岬町に在住・在

勤・在学の女性

定員 8人（先着順）

協賛 国際ソロプチミスト大阪・

りんくう

申込・問合せ 9月7日(金) 午前

9時以降に電話、FAXで熊取町

人権推進課(☎452・1004

Fax 452・7103)へ

※一時保育(1歳～未就学児)あ

り、希望者は申込時に(締切:9

月21日(金))

■無料公証相談所

遺言、任意後見、離婚に伴う養

育費の支払い、金銭消費貸借、土

地建物の賃貸借契約などの公正証

書に関する相談や離婚時の年金分

割の合意書、会社定款、確定日付

などの相談に応じます。

日時 10月3日(水) 午後1時～4時

その他

場所 市役所1階相談室

相談員 大阪府内の公証人

問合せ 難波公証役場

(山下 ☎06・66633・0425)

※申込不要。大阪府内の各公証役

場では、平日午前9時30分～午後

4時30分にも無料公証相談を受付

場所 市役所1階相談室

相談員 大阪府内の公証人

問合せ 難波公証役場

(山下 ☎06・66633・0425)

※申込不要。大阪府内の各公証役

場では、平日午前9時30分～午後

4時30分にも無料公証相談を受付

場所 市役所1階相談室

相談員 大阪府内の公証人

問合せ 難波公証役場

(山下 ☎06・66633・0425)

※申込不要。大阪府内の各公証役

場では、平日午前9時30分～午後

4時30分にも無料公証相談を受付

場所 市役所1階相談室

相談員 大阪府内の公証人

問合せ 難波公証役場

(山下 ☎06・66633・0425)

※申込不要。大阪府内の各公証役

場では、平日午前9時30分～午後

4時30分にも無料公証相談を受付

場所 市役所1階相談室

相談員 大阪府内の公証人

問合せ 難波公証役場

(山下 ☎06・66633・0425)

※申込不要。大阪府内の各公証役

場では、平日午前9時30分～午後

4時30分にも無料公証相談を受付

場所 市役所1階相談室

相談員 大阪府内の公証人

問合せ 難波公証役場

(山下 ☎06・66633・0425)



福祉

いずみさのファミリーサポートセンター

☎463・33530

子育ての手助けが必要なお子に備えて、ぜひ入会登録してください。 ※登録無料

登録手続場所 ファミサポ（講座会場）、子育て支援課、4カ月・1歳6カ月健康診査会場（健診センター）

■お母さんの憩いの場
Mamma cafe [SORISO BEA TO] (ソリソン・ベアート) : 至福の微笑

楽しんで子育て、気軽に参加！知らない人も一緒にお茶すれば、友だち！子どもをつれての参加もOK！子育ての情報提供も行います。

日時 9月21日(金)
午前10時～午後2時

場所 次世代育成地域交流センター

対象 妊娠中・育児中の人

参加費 2000円
(会員1000円・当日入会可)

持ち物 弁当(必要な人)
※申込不要、出入り自由



■親子の絆を深める
タッチケア&アロマセラピー

開催日 9月27日(休)

「ベビータッチケア」

時間 午前10時45分～正午
対象 2～8カ月前後の赤ちゃん
と保護者

定員 8組(先着順)

参加費 8000円
(会員6000円・当日入会可)

持ち物 バスタオル

【お茶会】
「育児のあるある話」で
リラックスタイム

時間 正午～午後1時
対象 子育て中の人

茶菓子代 1000円

※ベビータッチケア参加者は無料。必要な人は弁当持参で。参加・出入り自由。身長と体重が自由に計測できます。

【自然の香り】
虫よけスプレー作り

時間 午後1時30分～2時30分
対象 子育て中の人

参加費 8000円
(会員6000円・当日入会可)

いずみれも

場所 次世代育成地域交流センター

講師 きたがわひろみさん
(KAF認定講師)

申込 9月10日(月)以降の午前10時～午後4時に電話で

文化・教養
スポーツ

子育て支援センター
つくしんぼ

☎4699・06660
☎4699・06700

■あそびの広場～運動会(ついで)

日時 10月5日(金)
午前10時30分～11時15分

場所 レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター

対象 就学前の子どもと保護者
※申込不要、参加無料

■子育て講座
「乳幼児期に起こりやすい
事故とその予防」

子育て中に気を付けたいことを知り、考えてみましょう！

日時 10月18日(木)
午後1時30分～2時15分

場所 次世代育成地域交流センター

定員 20人(先着順)

講師 健康推進課 保健師

申込 9月10日(月)以降の平日午前9時～午後4時に直接または電話、FAXで

※受講無料。一時保育あり、希望者は申込時に(定員あり)



泉佐野市社会福祉協議会

☎464・22259
☎462・54000

■地域福祉カフェ
「気になる話題を
ざつくばらんに話そう！」

日時 9月12日(水)
午後1時30分～2時30分

場所 シャッピールハウス(大西1丁目16番5号・佐野公民館隣)

テーマ 福祉と防災①
豪雨の時、何をしますか？

定員 18人(先着順)

参加費 1000円
(飲み物・資料代含む)

※申込不要

■第2回
シャッピールハウス掘り出し市
「みんなで持ち寄りマーケット」

どなたでも参加できます。

日時 10月11日(木)
午前11時～午後3時

場所 シャッピールハウス(大西1丁目16番5号・佐野公民館隣)

【出店募集】
1区画長機1台分(180×45cm)あたり運営協力金3000円

※先着10区画

申込 出店申込書を記入し、9月3日(月)～28日(金)に直接またはFAXで(シャッピールハウスでも提出可)

※募集要項はホームページ(<http://zumisanoshakyu.or.jp/>)をご覧ください。

福祉
健康

泉佐野市
社協地域包括支援センター

☎464・2977
☎462・54000

■介護支援サポーター養成研修会
社会参加と、自らの生きがい・健康づくりのために、介護施設などで話し相手や行事補助などの活動をしてみませんか？さのぽポイント(上限：5千ポイント)が受け取れます。

日時 9月21日(金)午前10時～正午

場所 社会福祉センター

内容 介護支援サポーターについて

対象 介護保険の事業対象者、要介護・要支援認定を受けていない65歳以上の市民

申込 9月14日(金)までに電話で

■介護者家族のつらい
介護をしている人や介護の経験がある人同士が気軽につどい、日ごろ感じている介護の思いや不安を、本音でおしゃべりしてみませんか？認知症の介護や、介護の情報収集などでお困りの人も、気軽に参加してください。

日時 9月26日(木)
午前10時～11時30分

※途中参加・退席可

場所 社会福祉センター

※申込不要、参加無料。飲み物を1000円で販売します。

その他

福祉(つぎ)

各種福祉

■愛の献血

400ml献血限定です。

日時 9月6日(木)午前10時～正午、午後1時～4時30分

場所 市役所

問合せ先 障害福祉総務課



■認知症カフェ

【おしゃべり広場 もみの木】

おしゃべりしたい人、ちよっと時間の空いた人、ちよっとお茶を飲みたい人、散歩途中のひと休み、待ち合わせの場所など、ごなたでも気軽にふらりとお立ち寄りください。

日時 毎週月～金曜日(祝日除く)

午後1時～4時

場所・問合せ先 もみの木のいえ

(羽倉崎3丁目8番1号 ☎090・3873・1769) (ヤジ)

※申込不要。飲み物(お菓子付)を100円で提供します。

【認知症カフェ こいせが】

認知症の人を介護しているボランティアのアドバイザーや情報交換、家族同士の交流の場として利用していただけます。茶話会形式のアットホームなカフェです。

日時 9月14日(金)

午後1時30分～3時

場所・申込・問合せ先 認知症カフェにこいせ(鶴原2丁目4番18号 ☎458・6230)

※駐車場あり。飲み物を100円で提供します。

【喫茶 コスモス】

80歳のウエイトレスがおもてなします。介護のお話、悩み相談など、ごなたでも気軽にお越しください。

日時 9月22日(出)午後1時～3時

場所・問合せ先 介護付き有料老人ホーム櫻苑(羽倉崎上町3丁目3番41号 ☎0120・011・013)

※申込不要。飲み物(お菓子付)を100円で提供します。

■サロン・ド・ルリエ

地域活動支援センター「ルリエ」では、コーヒーやお茶を飲みながらメンバーと交流し、障害理解とルリエの活動を理解していただく時間を作りました。ぜひ、お越しください。

日時 9月14日(金)、10月12日(金)、11月9日(金)午後2時～4時

施設協力金 100円

場所・問合せ先 地域活動支援センタールリエ(春日町1番25号 ☎050・1559・0531)

地域活動支援センタールリエ: 障害者総合支援法に基づく事業で、医療法人 清楓会に運営を委託しています。地域で暮らす障害のある人に対して、日常生活上の相談や就労相談、レクリエーション活動、地域住民との交流活動を行っています。

■ボランテアの集い

ボランテアに興味・関心のある人は、気軽にお越しください。

日時 9月26日(木)

午後1時30分～3時

場所 社会福祉センター

申込・問合せ先 社協ボランテアセンター(☎464・2259)

※ボランテアセンターの開館は平日の午前9時～午後5時です。

■高齢者ふれあい交流会 (敬老大会)

市内のこども園児や高齢者がふれあい、交流を行う催しです。ぜひ、参加してください。

日時 10月19日(金)午前10時30分～

(開場:9時45分)

場所 エブノ泉の森大ホール

内容 式典、こども園児による歌・踊り、泉佐野市長生会連合会による演芸大会など

文化・教養

スポーツ

歴史

相談

福祉

健康

その他

対象 60歳以上の市内在住者

問合せ先 高齢介護課

※申込不要、参加無料。会場内は飲食ができません。

健康

健康推進課

■ウォーキング会 (健康マイレージ対象)

ウォーキングで健康寿命を延ばしましょう!

日時 9月10日(月)

午前9時30分～10時30分

※雨天時は健診センター(市役所本庁舎南側)で内容を変更して実施

集合場所 檀波羅公園(二松風台西)交差点西側)内の広場

コース 大細利池周回コース

対象 医師から運動を止められていない市民

持ち物 タオル、飲料水

協力 ヘルスアップ推進員

※申込不要、参加無料。服装・靴は運動のできるもので

■はじめてみよう!健康体操

「筋トレと有酸素運動の

関連性を知ろう」

(健康マイレージ対象)

日時 9月28日(金)

午後1時30分～2時30分

場所 健診センター

(市役所本庁舎南側)

対象 医師から運動を止められていない市民

定員 20人

(申込多数の場合は抽選)

※初めての人優先

持ち物 タオル、飲料水

申込 9月5日(水)～20日(休)に電話、FAXで

※受講無料。服装は動きやすいもので

■生活習慣病予防健康教室 (予約制)

(健康マイレージ対象)

健康で長生きするために、体にいいこと始めましょう!

日時 10月5日(金)

午前10時15分～11時45分

場所 エブノ泉の森ホール

内容 マルチスペース

いつでも元気な健康管理!生活習慣病が気になる人におすすめしたい運動や食事について

対象 市内在住者

定員 30人(先着順)

持ち物 タオル、飲料水、筆記用具、健康手帳、健康マイレージカード(あれば)

※服装は動きやすいもので

申込 9月10日(月)以降に

※受講無料

※受講無料





健康(つぎ)

佐野公民館

☎463・6181
Fax 469・2243

健康の秘訣は健やかな腸から

〜腸トシでミルミル元気〜

楽しい生活を過ごすために、身体を使いながら腸の大切さを学びましょう。

日時 9月28日(金)

午前10時30分〜正午

対象 16歳以上

定員 24人(先着順)

講師 戸川真実美さん

(近畿中央ヤクルト販売株式会社)

持ち物 筆記用紙

申込 9月4日(火)以降に電話、FAXで

※受講無料

和みのヨガ

年齢や運動経験に関係なく、体も心もびのびさせてあげましょう。

日時 10月6日(出)

午前10時30分〜正午

対象 16歳以上

定員 20人(先着順)

講師 垣谷伊都子さん

(佐野八公民館登録クラブ講師)

持ち物 ヨガマットまたは大きめのバスタオル、飲み物

申込 9月11日(火)以降に電話、FAXで

※受講無料

レイクアルスタープラザ・カワサキ
生涯学習センター

☎469・7120
Fax 469・7121

元祖!

椅子を使ったタップダンス

椅子に座ってタップを踏むので、膝や腰への負担を軽減します。運動が苦手な人や高齢の人、男性にもおすすめです!音楽に合わせて、気持ち良く体を動かしてみませんか?

日時 9月21日(金)

●午前10時〜10時45分

●午前11時〜11時45分

定員 各16人(先着順)

講師 田中美和さん

(スタジオぱこあぽこ主宰)

持ち物 上靴、飲料水、タオル

※服装は動きやすいもので

申込 9月5日

(火)以降に電話、FAXで

※受講無料。一時保育(若年名・先着順)あり、希望者は申込時に



健康寿命を延ばそう!

自分でできる「整膚」健康法

血液やリンパの流れを改善し、体の不調を整えましょう。美肌効果も期待できます。

日時 9月29日(出)

午後1時30分〜3時30分
定員 25人(先着順)

講師 成田智子さん

(整膚学園助健塾顧問)

申込 9月5日(火)以降に電話、FAXで

※受講無料

各種健康

地域健康教室

「65歳からのマル得健康法!」
「若さを保つ秘訣をお伝えします!」
「いつまでも若く健康でいるために」

泉佐野浴場組合の協力で、健康づくりについての話など、1回30分程度の教室を実施しています。教室終了後には無料で入浴もできます(入浴は任意です)。ぜひ参加してください。

場所	開催日	時間
なごみ湯 (笠松1丁目3-23)	9月6日(木)	午後2時10分~
白水湯 (鶴原2丁目6-25)	9月13日(木)	女性:午後2時30分~ 男性:午後3時10分~
羽倉崎温泉 (東羽倉崎町6-10)	9月20日(木)	女性:午後2時30分~ 男性:午後3時10分~

※開始10分前より先着順で受付(定員あり)

テーマ「食べることは生きる」と「健康長寿食を紹介します!」
対象 65歳以上の市内在住者と家族

問合せ先 高齢介護課

※申込不要、参加無料

New!健康サポート教室

「残暑に負けないカラダ作り」
「ヒップアップと背中美人」
(健康マイレージ対象)

まだまだ続く残暑に負けないヒントを!

日時 9月10日(月)午前10時〜11時

対象 おおむね50歳以上

定員 15人(先着順)

講師 堀田笑子さん

持ち物 タオル、飲み物

場所・申込・問合せ 9月5日(火)以降に本人が電話、FAXで南部市民交流センター本館(☎466・1641 Fax 466・4744)へ

※受講無料

ヨガ体験講座

「ヨガで「体、呼吸、心」を一つにして、健康で美しく」
(健康マイレージ対象)

日時 9月14日(金)

午前10時30分〜11時30分

対象 16歳以上

定員 30人(先着順)

講師 立花裕美子さん

(Yoga Space Yumi 主宰)

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル

※服装は運動のしやすいもので

場所・申込・問合せ 9月5日(火)以降に電話、FAXで長南公民館(☎465・0786 Fax 465・1103)へ。キャンセルは9月21日(金)まで

※受講無料

視力向上ヨガ講座

目の周りの筋肉をほぐすストレッチをして、凝りをリセットします。目元もスッキリ、肩こり・腰痛にも効果があります。

日時 9月29日(出)午前10時〜正午

対象 16歳以上

定員 16人(先着順)

講師 農崎奈美さん

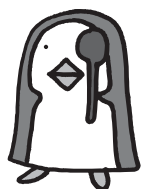
(視力向上ヨガインストラクター)

持ち物 スポーツタオル、飲料水、ヨガマット(なければ大きめのバスタオル)

オル、フエイスタオル、飲み物
※服装は動きやすいもので
場所・申込・問合せ 9月3日(月)以降に電話、FAXで北部市民交流センター本館・北部公民館(☎464・5725 Fax 469・2284)へ。キャンセルは9月13日(木)まで
※受講無料

クラブYoga Space Yumi
日時 第1・3・4木曜日
午前10時〜11時30分

※会費など、詳しくは問い合わせてください。



健康 (つぎ)

■市民の為の文化講演会

日時 9月29日(土)午後2時～4時
場所 スターゲイトホテル関西工
 アポート5階クリスタルの間
内容・講師 「人は血管とともに
 老いる」動脈硬化とコレステロー
 ルや脂質異常「山下静也さん(り
 んくう総合医療センター院長)
定員 200人(先着順)
共催 不二製油株式会社、(医
 龍志会)GTクリニック
問合先 NPO法人りんくうメ
 ディカルプラザ(リメップ)(☎
 473・5510)
 ※申込不要、参加無料



■エコチル調査講演会

「子どもの社会性をはぐくむ」
 エコチル調査は、2010年度
 に環境省が始めた国家プロジェクト
 です。環境中の化学物質が、子
 どもの健康にどのように影響する
 かを明らかに、「子どもたちが安

文化・教養

スポーツ

心して健やかに育つ環境をつくる
 ために、2027年度まで続けら
 れます。全国で約10万組、泉州地
 域では約8千組の子どもと母親が
 参加しています。

どなたでも参加できる講演会で
 す。

日時 10月12日(金)

午前10時～午後0時30分

(受付：9時30分～)

場所 岸和田市立浪切ホール

4階交流ホール

内容・講師 報告「エコチル調査

山崎 新さん(国立環境研究所

エコチル調査コアセンター)ほか、

講演「子どもの社会性をはぐくむ

」子どもの育ちと社会脳の発達

「相原正男さん(山梨大学 教授)

申込・問合先 大阪母子医療セン

ター内エコチル調査室(☎072

5・56・3723 ホームページ:

<https://www.ecochil-osaka.jp/>

■第75回 市民健康ハイキング

「紅葉を見下ろす」

「天空の星のブランコほしだ園地」

(健康マイレージ対象)

日時 10月28日(日)

午前9時～午後5時(予定)

※雨天決行(雨具必要)

集合・解散場所 市役所玄関前

※目的地まではバスで移動

行き先 府民の森ほしだ園地

(交野市)

歴史

相談

コース 起伏が激しく、健脚で体
 力に自信のある人向き(約8km)
対象 市内在住者
定員 80人
 (申込多数の場合は抽選)

参加費 1人1,000円

申込・問合先 9月28日(金)(必着)

までに、往復ハガキに参加者全員

の住所・氏名・年齢・電話番号

を記入し、☎598・8550 泉

佐野市役所 国保年金課「第75回

市民健康ハイキング」係へ

※1枚のハガキで4人まで申込

可。重複、1枚で5人以上、往復

ハガキ以外での申込は無効

公開抽選会 10月4日(木) 午前10

時～市役所1階相談室11

※抽選結果は返信ハガキでお知ら

せします。当選者の参加費納入期

限は10月19日(金)まで



9月の市民大学健康講座と生
 活習慣病予防教室は休講します。

問合先 りんくう総合医療セン

ター 地域医療連携室(☎469・

3111 Fax 469・7929)

福祉

健康



その他イベント

■府宮泉佐野丘陵緑地

「クズを観察して遊ぼう」

昔はいろいろなものを利用して
 いたクズを、泉佐野丘陵緑地の公
 園ボランティア「パーククラブ」
 と一緒に、じっくり観察しながら
 遊んでみませんか?
 ぜひ、参加してください!

日時 9月23日(祝)

午前9時50分～正午

場所 府宮泉佐野丘陵緑地

(上之郷90番地)

※無料駐車場あり

定員 20人

(申込多数の場合は抽選)

参加費 100円

申込・問合先 9月13日(木)まで(月

曜日を除く)の午前9時30分～午

後4時(13日(木)は正午まで)に

電話で泉佐野丘陵緑地パークセン

ター(☎467・2491)へ

※服装は汚れてもよいもので。パー

クセンター内に自動販売機あり。

ホームページ(<http://zumisano>

<http://zumisano>)からも申込可



その他

■南泉州リレーウォーク

「日根荘の里山大木を歩き、
 彼岸花の咲く農村風景を歩く」
 大阪府で唯一の重要な文化的景観
 「日根荘大木の農村景観」と国史
 跡を巡ります。

日時 9月23日(祝)

午前9時40分～午後3時頃

※雨天決行

集合場所 火走神社

(南海バス「中大木」バス停すぐ)

解散場所

南海バス「境界橋」バス停

コース 集合→毘沙門堂→蓮華寺

→香積寺跡→東ノ池と棚田→西光

寺(倉庫)→禅徳寺→中世の水路と

旧水間道→長福寺跡→田満寺→解

散(約8km)

定員 100人(先着順)

参加費 300円(小学生以下

100円、傷害保険料・資料代含む)

持ち物 弁当、飲み物、雨具、敷

物など

申込・問合先 午前10時～午後4時

に電話、FAX、eメールで泉佐

野観光ボランティア協会(☎45

8・36001 Fax 415・1427 e

メール: sanonoemon@rinku.

sanonoemon@rinku.

Zaqne.jp)へ

※当日午前7時に警報発令時は中

止、催行確認は当日午前7時以降に

緊急連絡先(☎0800・3849・

3901)へ



その他 (つぎ)

■稲刈り体験・見学会

秋晴れの下、下瓦屋南の田んぼで稲刈りを体験してみませんか。親子でも参加できます。

日時 10月3日(水)午前11時～正午

場所 下瓦屋南ほ場整備地区の田んぼ (下瓦屋青少年広場西側)

申込・問合せ 雨天順延の場合の連絡先・氏名を記入し、FAXまたは電話で下瓦屋地域協議会(稲刈り担当) Fax 4633-2147 ☎ 090-8828-9878)へ
※参加無料。服装・靴は汚れてもよいもので



■泉州下水道フェスティバル 2018

「そだったのか、下水道」

家庭で使った水が、どのようにしてきれいになるかなど、楽しく体験してみませんか。イベントキャラクターも集まります。

日時 10月28日(日)

午前10時～午後0時40分頃

※小雨決行

場所 中部水みらいセンター (貝塚市二色南町)

内容 水処理施設見学、下水道の話、微生物観察、チリメンモンスターの

定員 100人

(申込多数の場合は抽選)

※小学生以下は保護者同伴で。大人のみ参加可

主催 南大阪湾岸流域下水道事業連絡協議会、大阪府南部流域下水道事務所

協力 きしわだ自然資料館 (岸和田市教育委員会)

後援 (一財) 都市技術センター

申込・問合せ 9月3日(月)～28日(金) (午後5時必着) にハガキ、FAX またはEメールに、代表者の氏名、郵便番号、住所、電話番号、参加人数(大人の人数、子どもの人数・学年)を記入し、☎597-0095 貝塚市港25番地 大阪府南部流域下水道事務所「フェスティバル参加」係 (☎438-7406 Fax 438-8267) eメール: nambugesui-g22@sdpx.pref.osaka.lg.jp)へ。結果発表(10月初旬)は、応募者全員にハガキでお知らせします。

※参加無料。車いすを利用する人などは、申込時にその旨も記入してください。詳しくは、ホームページ (<http://www.pref.osaka.jp/nambugesui/senshufes/>) をご覧ください。

採用・募集

防衛省 自衛官など

【防衛大学校学生】

- 修学年限4年、卒業後1年で幹部に任官
 - 広大なキャンパスと充実した研究施設
- 応募資格** 日本国籍を有する高卒(来春卒業見込み含む)～21歳未満の人

受付期間

- 推薦・総合選抜…9月5日(水)～7日(金)
- 一般…9月5日(水)～28日(金)

【防衛医科大学校医学科学生】

- 修学年限6年、医師免許取得後幹部に任官
 - 他の大学にない魅力あふれる学生生活
- 応募資格** 日本国籍を有する高卒(来春卒業見込み含む)で18～21歳未満の人

受付期間 9月5日(水)～28日(金)

【防衛医科大学校看護学科学生(自衛官候補看護学生)】

- 修学年限4年、看護師免許取得後幹部に任官
 - 看護師国家試験合格率ほぼ100%
- 応募資格** 日本国籍を有する高卒(来春卒業見込み含む)で18～21歳未満の人

受付期間

9月5日(水)～28日(金)

問合せ先 自衛隊大阪地方協力本部 岸和田地域事務所 (☎426-0902)

※詳しくは問い合わせてください。



大阪府都市競艇企業団 職員

受験資格

学校教育法による大学、短期大学、高等専門学校、高等学校を卒業した人(来春卒業見込み含む)で平成5年4月2日～平成13年4月1日に生まれた人

採用予定日 来年4月1日

申込・問合せ先 10月1日(月)～9日(火)(当日消印有効)に郵送で☎559-0023 大阪市住之江区泉1丁目1-71 ボートレース住之江内 大阪府都市競艇企業団 総務課 (☎06-6682-6230 午前9時30分～午後5時)へ ※申込書、試験要項は9月1日(土)以降にボートレース住之江オフィシャルサイト (<http://www.boatracesuminoe.jp/>) からダウンロードもできます。

