



イベント インフォメーション

【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・日根野公民館

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

●北部市民交流センター本館、北部公民館 月～土曜日（祝・休日除く）午前9時～午後8時

●南部市民交流センター本館 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

日根野公民館

☎450・3900
Fax 468・0011

大人のピアノ講座（全3回）

初心者からのピアノ講座

楽譜が読めなくても大丈夫

開催日 1月21日(火)、2月4日(火)、18日(火)

時間 ①午後1時～2時

②午後2時～3時

定員 各12人（先着順）

※全回受講可能な人優先

講師 高野真理子さん（生涯学習センター登録クラブ講師）

資料代 100円

申込 1月7日(火)以降に電話、FAXで。キャンセルは1月17日(金)まで

■和菓子づくり

～上生菓子を作ってみよう～

日時 2月14日(金)

午前10時～午後0時30分

定員 20人（先着順）

講師 株式会社むか新菓子職人

材料費 500円

申込 1月17日(金)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月5日(火)まで

長南公民館

☎465・0786
Fax 465・1103

季節の発酵食料理

～元気に冬を乗り切ろう！旬の食材を発酵調理で温めプラス～

一年を通して一番冷え込むこの季節に、温め効果の高い冬の食材に発酵調味料の力と熱を加える調理法で、身体の芯から温まりましょう。

日時 1月24日(金)

午前10時～午後1時

メニュー 根菜の発酵味噌チゲ

鍋、簡単大根もち、蒸し野菜のおかず味噌ディップサラダ、にんじんごはん

対象 16歳以上

定員 16人（先着順）

講師 大嶋 桂さん（いなほ醸し人インストラクター）

材料費 1,000円

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、マスク

申込 1月4日(土)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは1月17日(金)まで

■キャッシュレス時代のトラブル防止策

キャッシュレスの基礎や利便性、セキユリティ対策など気をつけなければならない事を学びます。

日時 1月28日(火)

午後1時～2時30分

対象 16歳以上

定員 16人（先着順）

講師 田中千香子さん（大阪府金融広報委員会 金融広報アドバイザー）

申込 1月7日(火)以降に電話、FAXで。キャンセルは1月23日(木)まで

※受講無料

■冬からだばかばかメニュー

冷えは万病のもとと言われるほど体にとっては大敵！美味しい食事で寒さに強い体作りを目指しましょう。

日時 1月29日(水)

午後1時～2時30分

メニュー 鶏肉の梅煮、のっぺい汁、小豆カステラ、しょうが紅茶

対象 16歳以上

定員 16人（先着順）

講師 森下智将さん（佐野記念病院 栄養管理科 栄養士）

材料費 500円

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、マスク

申込 1月7日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは1月25日(土)まで

■節分に食べる恵方巻作り

ヘルシーな巻き寿司を自分で作りましょう！当日は、白和え、ごはん、みそ汁を作って食事します。

日時 2月2日(日)

午前10時～午後1時

対象 16歳以上

定員 16人（先着順）

材料費 1,000円

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、マスク

申込 1月7日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは1月25日(土)まで

文化・教養

健康

福祉

歴史

その他



文化・教養 (つづき)

佐野公民館

☎463・6181
☎469・2243

■新春「おわらい寄席」

〜笑う門には福来たる〜

日時 1月26日(日)

午後1時30分〜4時

定員 60人(先着順)

出演 泉佐野落語ワークシヨップ

(佐野公民館登録クラブ)

申込 1月7日(火)以降に電話、F

AXで

※入場無料

■ボールペン字講座

いざという時に困らない、美しく書けるのし袋の表書きと名前。綺麗な字で印象アップを目指しましょう。

日時 1月30日(木)

午後1時〜3時

対象 16歳以上

定員 15人(先着順)

講師 的場江陽さん

材料費 1,000円

持ち物 ボールペン

申込 1月9日(木)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは1月22日(木)まで



文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

南部市民交流センター
青少年センター

☎466・1745
☎466・1779

いずれも申込は電話で専用番号(☎449・4760)へ

■陶芸教室 おひなさまを作ろう

可愛いおひなさま作りに挑戦します。お皿やお茶碗など好きな作品を作れることもできます。

日時 1月25日(土)

午後2時〜4時

場所 らいふらいんぷらざいずみ

さの

対象 小・中学生と保護者

※子どもだけの参加可、大人のみ不可

定員 20人(先着順)

講師 岩橋徳治さん

材料費 1,000円

申込 1月14日(火)以降に電話で。材料費の納入・キャンセルは1月23日(木)まで

■デコ巻ずし作り

今年の恵方巻きはおしゃれなデコ巻ずしにしちゃおう!

日時 2月1日(土)午前10時〜正午

場所 南部市民交流センター青少年センター

対象 小・中学生

定員 16人(先着順)

講師 森永直子さん

(bananashokushi)

材料費 300円

申込 1月14日(火)以降に電話で。

材料費の納入・キャンセルは1月23日(木)まで

いずみさの女性センター

☎469・7125

■男性向け料理講座

小学生、中学生の参加も大歓迎!!

【①豚まん・あんまんをつくらう!】

初めての人でもおいしく簡単につくれます。

開催日 1月26日(日)

申込 1月4日(土)〜18日(土)に電話

で。材料費の納入・

キャンセルは1月

18日(土)まで



【②メロンパン・スティックパンをつくらう!】

サクサククッキー生地メロンパンとチーズ&ゴマの香ばしいスティックパンを簡単でおいしく作ります。

開催日 2月16日(日)

申込 1月7日(火)〜2月8日(土)に

電話で。材料費の納入・キャンセルは2月8日(土)まで

いずれも

時間 午前10時〜午後1時

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 小学生以上の男性

定員 16人(先着順)

講師 木村明美さん(生涯学習センター登録クラブ講師)

材料費 600円

持ち物 エプロン、ふきん2枚、

バンドナ、持ち帰り用容器(袋)

※一時保育(1歳〜就学前)あり、

希望者は申込時に(締切:①1月

11日(土)②1月25日(土)。食物ア

レルギーをお持ちの人には対応でき

ませんので、あらかじめご了承ください。

南部市民交流センター本館

☎466・1641
☎466・4744

■パパ・ママクッキング

「パパッと中華」

〜鍋ひとつでバランス良く〜

日時 1月28日(火)

午前10時〜午後1時

メニュー 八宝菜、手羽先煮込み、

中華風鶏卵汁、セロリと豆腐の和

え物、酒まんじゅう

対象 健康や栄養に関心のある人

定員 男女各10人(先着順)

講師 伊崎眞弓さん(栄養士)

材料費 1,000円

持ち物 エプロン、マスク、三角

巾、ふきん2枚、筆記用具

申込 1月7日(火)以降に本人が電

話、FAXで

■かんたん手づくり講座

「こけし雛」

ふたり寄り添って、春の訪れを待ちわびているよつなお雛様です。

日時 1月31日(金)

午後1時〜3時

定員 20人(先着順)

講師 崎山壽美子さん

材料費 500円

持ち物 裁縫道具、はさみ、手芸

用ポンド

申込 1月7日(火)以降に本人が電

話、FAXで



■手づくりお菓子の教室

「バレンタインのチョコケーキ」

年に一度のバレンタインデーに

手づくりのケーキを!

日時 2月3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 1,200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

申込 1月7日(火)以降に本人が電

文化・教養 (つづき)

北都市民交流センター本館・
北部公民館

☎464・5725
Fax 469・2284

■アングーマネージメントって何
だろう？
アングーマネージメントとは、
怒りの感情をコントロールするこ
とです。怒ってしまつて後悔、怒
らなくて後悔したことはありません
か？アングーマネージメントつ
てどんなものなのか、基本的な内
容を楽しく紹介します。

日時 1月24日(金)
午前10時～11時30分

対象 16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 松本ちづきさん(アングー
マネージメントファシリテー
ター)

受講料 500円(テキスト代含
む)

申込 1月7日(火)以降に電話、F
AXで。受講料の納入・キャンセ
ルは1月20日(月)まで

■コットンパールでイニシャル
バックチャーム

バッグや小物に付けるだけでお
しゃれ度をアップするチャーム。
コットンパールとお好きなイニ
シャルをつけて作れます。

日時 1月29日(水)午前10時～正午

対象 16歳以上
定員 15人(先着順)

講師 西澤由美さん(北都市民交
流センター本館登録講師)

受講料 1,200円(材料費含
む)

申込 1月8日(火)以降に電話、F
AXで。受講料の納入・キャンセ
ルは1月22日(水)まで



■Officeの活用

～仕事に役立つ知識を

身に着けよう～

Word、Excelの基礎知識を勉
強します。

日時 2月18日～3月17日の毎週
火曜日午後6時30分～8時30分
(全5回)

対象 パソコンの基礎操作(文字
入力・マウス・ファイル操作)の
できる16歳以上

定員 19人(先着順)

講師 杉村清美さん(IT認定講師)

受講料 2,600円(テキスト
代含む)

持ち物 USBメモリー
申込 1月8日(火)以降に電話、F

AXで。受講料の納入・キャンセ
ルは2月6日(木)まで

(一財)泉佐野みどり推進機構
りんくう中央公園
☎469・3332

■癒されWeek

開催日 (1月)	講座名
①18日(土)	ハーバリウム
②21日(火)	プリザーブドフラワー
③24日(金)	いまさら聞けない メイク

時間

①午前10時30分～午後0時30分
②③午前10時30分～午後0時30
分、午後1時30分～3時30分

定員 各12人(先着順)

講師

①②太田知佳子さん

(アトリエフルール)

③砂田里美さん(ハートルージュ)

受講料 2,500円(材料費含む)

持ち物 ①②のみ)

はさみ、持ち帰り用袋

申込 開催日の3日前まで

各種文化・教養

■泉佐野市吹奏楽団

第12回定期演奏会

日時 1月13日(祝)午後2時～

場所 エブノ泉の森ホールマル
チスペース

曲目 伝説のアイスランド、パプ
リカ、デイズニーモデル2ほか
問合先 中川

(☎090・9110・1601)

※申込不要、観覧無料

■icaイベント

～正月を遊ぼう～

お正月にふさわしい昔懐かしい
遊びやお茶席などの日本文化をと
おして、外国人と交流しませんか。

日時 1月26日(日)

午後1時30分～3時30分

場所

国際交流基金関西国際センター

協力 国際ソロプチミスト大阪・
りんくう

申込期日 1月17日(金)

【和菓子作り体験講座】
～wa・ga・shichu

奥が深い！
菓子職人の指導を受けながら、
上生菓子を作ります。

日時 2月8日(土)午前10時～正午

場所 南都市民交流センター本館

対象 中学生以上

定員 15人(先着順)

講師 むか新 菓子職人

持ち物 エブロン、三角巾

申込期日 1月24日(金)

いづれも

申込・問合先 申込期日までの火

～土曜日午前10時～午後5時に
NPO法人泉佐野地球交流協会
(ica) (☎429・9741 Fax 4
29・9742 eメール: info@
icagr.jp) へ

※参加無料



りんくう総合医療センター
☎469・3111
Fax 469・7929

■市民健康講座

「見つけてはいけないがんが
あるって知ってますか？」

～過剰診断から

自分を・家族を守ろう～

健康相談も行いますので、気軽
に参加してください。

日時 1月18日(土)午後2時～4時

場所 3階大会議室

講師 高野 徹(糖尿病・内分泌
代謝内科主任部長兼検査科部長兼
甲状腺センター長)

問合先 地域医療連携室

※申込不要、受講無料

1月の生活習慣病予防教室は
休講します。

問合先 地域医療連携室

※参加無料

1月の生活習慣病予防教室は
休講します。

問合先 地域医療連携室

※参加無料

1月の生活習慣病予防教室は
休講します。

問合先 地域医療連携室

健康 (こころ)

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

■椅子ゆるく®体操体験講座

～自分の体は、自分で守ろう！～
椅子に座って行えるYURUKU®
の体操です。健康づくりに、姿勢
教育に、活用できます。

日時 1月30日(木)午前10時～正午
定員 16人(先着順)

講師 奥野桃子さん(YURUKU®
公認インストラクター)

持ち物 フェイスタオル(体操に
も使用します)、飲料水、滑り止
め付き靴下または上靴

※服装は、パンツスタイルで
申込 1月8日(水)以降に電話、F
AXで

※受講無料。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」
リフレクソロジー体験講座
～自分でできる

頭かつさ&足裏マッサージ
「かつさ」とは中国伝統医療の一
つで、民間療法として数千年に
渡って広く用いられてきました。

効用としては、体内毒素の排除、
細胞の活性化、新陳代謝の促進、
経路の流れを良くする、免疫機能
の向上などが期待できます。セル

フケアの一つとして取り入れてみ
ませんか?
※昨年度未受講者優先
日時 2月12日(水)
午後1時～2時30分
定員 16人(先着順)
講師 板井尚子さん(台湾式リフ
レクソロジー ｳﾞaraｳ主筆)
資料代 100円
持ち物 バスタオル、筆記用具
※服装は動きやすいパンツスタ
イル、裸足または5本指ソックスで
申込 1月10日(金)以降に電話、F
AXで
※受講無料。一時保育(若干名・
先着順)あり、希望者は申込時に

文化・教養 健康

福祉

歴史

その他

「経絡」…東洋医学の概念で、
体の表面を走る「気・血」といっ
たエネルギーの通路です。この流
れが滞れば病気になることされ、鍼
灸では経絡上のツボを刺激して調
整します。今回の体操は、点のツ
ボより線の経絡を伸ばすことで広
範囲かつソフトに刺激でき、素人
には見つけにくいツボより体操の
ポーズにする事で誰でも簡単にで
きます。

「スマート薬膳」…S: Specific
(具体的な食材提案) M: Measu
rable (スコアで体調測定) A:
Accessible (誰でも利用可能)・
R: Related (健康との関連性)
T: Time (短時間で実施)の略で、
いつもの食材を用いた薬膳料理を
提案します。

日時 2月16日(日)午後1時～3時
定員 24人(先着順)
講師 戸村多郎さん・阿部香織さ
ん(関西医療大学 准教授・助教)
持ち物 筆記用具
※服装は動きやすいもので
申込 1月9日(木)以降に電話、F
AXで ※受講無料

■東洋医学「末病スコア」

～あなたに合った経絡のびのび体
操とスマート薬膳のご紹介～

「経絡」…東洋医学の概念で、
体の表面を走る「気・血」といっ
たエネルギーの通路です。この流
れが滞れば病気になることされ、鍼
灸では経絡上のツボを刺激して調
整します。今回の体操は、点のツ
ボより線の経絡を伸ばすことで広
範囲かつソフトに刺激でき、素人
には見つけにくいツボより体操の
ポーズにする事で誰でも簡単にで
きます。

「スマート薬膳」…S: Specific
(具体的な食材提案) M: Measu
rable (スコアで体調測定) A:
Accessible (誰でも利用可能)・
R: Related (健康との関連性)
T: Time (短時間で実施)の略で、
いつもの食材を用いた薬膳料理を
提案します。

日時 2月16日(日)午後1時～3時
定員 24人(先着順)
講師 戸村多郎さん・阿部香織さ
ん(関西医療大学 准教授・助教)
持ち物 筆記用具
※服装は動きやすいもので
申込 1月9日(木)以降に電話、F
AXで ※受講無料

「スマート薬膳」…S: Specific
(具体的な食材提案) M: Measu
rable (スコアで体調測定) A:
Accessible (誰でも利用可能)・
R: Related (健康との関連性)
T: Time (短時間で実施)の略で、
いつもの食材を用いた薬膳料理を
提案します。

「おなかポッコリを解消してスッ
キリボディをめざそう」
(健康マイレージ対象)
日時 1月31日(金)
午後1時30分～2時30分
場所 健診センター
定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料

「おなかポッコリを解消してスッ
キリボディをめざそう」
(健康マイレージ対象)
日時 1月31日(金)
午後1時30分～2時30分
場所 健診センター
定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料

「おなかポッコリを解消してスッ
キリボディをめざそう」
(健康マイレージ対象)
日時 1月31日(金)
午後1時30分～2時30分
場所 健診センター
定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料

■ファミリー教室(予約制)

赤ちゃんを迎える家族のため
に、助産師による話や赤ちゃんの
お風呂の入れ方の実習をします。

日時 2月16日(日)午後1時～4時
(受付:午後0時45分)
場所 健診センター
(市役所本庁舎南側)

定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料

「おなかポッコリを解消してスッ
キリボディをめざそう」
(健康マイレージ対象)
日時 1月31日(金)
午後1時30分～2時30分
場所 健診センター
定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料

「おなかポッコリを解消してスッ
キリボディをめざそう」
(健康マイレージ対象)
日時 1月31日(金)
午後1時30分～2時30分
場所 健診センター
定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料

■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 1月27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
※服装・靴は運動のできるもので
協力 ヘルスアップ推進員
※申込不要、参加無料

「おなかポッコリを解消してスッ
キリボディをめざそう」
(健康マイレージ対象)
日時 1月31日(金)
午後1時30分～2時30分
場所 健診センター
定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料

「おなかポッコリを解消してスッ
キリボディをめざそう」
(健康マイレージ対象)
日時 1月31日(金)
午後1時30分～2時30分
場所 健診センター
定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料

「おなかポッコリを解消してスッ
キリボディをめざそう」
(健康マイレージ対象)
日時 1月31日(金)
午後1時30分～2時30分
場所 健診センター
定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料



経絡のびのび体操とは

健康推進課

■糖尿病教室(予約制)

「医師から学ぼう!血糖値・ヘモ
グロブリンC・eGFR」
～誰でもできる生活のポイントを
お知らせします!～
(健康マイレージ対象)
健康で生活するために、からだ

「おなかポッコリを解消してスッ
キリボディをめざそう」
(健康マイレージ対象)
日時 1月31日(金)
午後1時30分～2時30分
場所 健診センター
定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料

「おなかポッコリを解消してスッ
キリボディをめざそう」
(健康マイレージ対象)
日時 1月31日(金)
午後1時30分～2時30分
場所 健診センター
定員 15組(先着順)
持ち物 母子健康手帳、飲み物、
タオル、筆記用具
申込 2月14日(金)までに電話で健
康推進課へ ※受講無料

健康 (こころ)

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により、
健康づくりについての話など、1
回30分程度の地域健康教室を実施
しています。(入浴は任意です)
ぜひご参加ください。

日時・場所・定員

●1月9日(木)午後2時10分〜
なごみ湯(笠松1丁目3番23号)
40人

●1月16日(木)午後2時30分〜
羽倉崎温泉(東羽倉崎町6番10
号)・男女各25人

※10分前より先着順で受付

テーマ「野菜いっぱい簡単調理法」
健康長寿食を紹介します！

対象 市内在住の65歳以上と家族

問合先 地域共生推進課

※申込不要、参加無料

■New! 健康サポート教室

「正月明けにするべき

脂肪燃焼トレーニング」

(健康マイレージ対象)

正月太り解消には、サーキット
形式の全身運動を。有酸素効果も

あるので、運動の苦手な人もぜひ
参加してください!!

日時 1月27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 ヨガマット、タオル、飲
み物

場所・申込・問合先 1月7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 Fax466・4744)へ

※受講無料



■温水プール体験教室

「水中エクササイズ」

(健康マイレージ対象)

泳げない人や泳ぎに自信がない
人でも参加できます。

コース・開催日(各全6回)

●木曜・2月6日〜3月12日

●金曜・2月7日〜3月13日

時間 午前11時〜正午

※集合時間・午前10時30分

場所 健康増進センター

対象 健康維持や生活習慣病予防

などを目的とした水中運動が可能
な市内在住者

定員 各20人(先着順)

受講料 1回6200円

(60歳以上は3100円)

申込・問合先 1月7日(火)〜21日

(火)に本人が国保年金課または健康

増進センター(☎469・100
0)へ

■快陽生活 素敵な幸齢者に〜

日時 2月7日(金)

午前10時30分〜正午

定員 20人(先着順)

講師 戸川真早美さん(近畿中央

ヤフルト販売株式会社)

場所・申込・問合先 1月10日(金)

以降に電話、FAXで日根野公民

館(☎450・3900 Fax468・

0011)へ

※受講無料



■市民の為に文化講演会

日時 2月8日(土)午後2時〜4時

場所 スターゲイトホテル関西工

アパート 4階(鳳西の間)

内容・講師 「医療小説の現実と

矛盾：人生100年時代と言われ

る現在の医療の現状と問題につい

て」久坂部 羊さん(大阪大学医

学部招聘教授)

定員 200人(先着順)

共催 不二製油株式会社、(医)

龍志会 IGTクリニック

問合先 NPO法人りんくうメ
ディカルプラザ(リメツプ ☎47

3・5510)

※申込不要、参加無料。ホームページ

ジ (<http://www.rimep.or.jp>)

からも問い合わせ可



■体験してみませんか「ヨガ講座」

肩こりや腰痛対策を目指し、カ

ラダをほぐしたり伸ばすことに重

点を置いたストレッチやヨガポー

ズを体験します。

日時 2月12日(水)

午前10時〜11時30分

対象 16歳以上

定員 20人(先着順)

講師 武 朗子さん(佐野公民館

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

場所・申込・問合先 1月15日(水)

以降に電話、FAXで佐野公民館

(☎463・6181 Fax469・22

43)へ。キャンセルは2月7日

(金)まで

※受講無料



福祉

子育て支援センター
つくしんぼ
☎469・0660
Fax 469・0670

■ボランティア養成講座

子どもの発達や遊び、子どもとの関わり方についての講座を受講後、つくしんぼでボランティア活動してみませんか？スタッフと一緒に遊びのお手伝いをしていただきます。

日時 1月16日(木)

午前10時～11時30分

定員 10人(先着順)

申込 1月14日(火)までに直接または電話、FAXで

■子育て講座

【卒乳・断乳・おっぱいの悩み】
「卒乳・断乳ってどうすればいいの？」など、母乳での子育てで困っている人、悩んでいる人、この機会にお話を聞いてみませんか？

日時 2月6日(木)

午後1時30分～2時15分

講師 北 美智代さん

(きた助産所助産師)

申込 1月6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

文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

「学習のためにどんなことを整えて就学に備えるか」
就学前に、どんなことが大切かを考えてみましょう。

日時 2月13日(木)

午前10時～11時30分

講師 地頭所孝子さん

(育ちあい研究所所長)

申込 1月14日(火)以降の平日午前9時～午後4時に直接または電話、FAXで

いずれも

場所

次世代育成地域交流センター

定員 20人(先着順)

※受講無料。一時保育(先着順)あり、希望者は申込時に

■あそびの広場(節分)ごっこ

日時 2月7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

各種福祉

■愛の献血

みなさんのご協力をお願いします。

日時・場所

●1月14日(火)・15日(水) 午前9時

～11時・泉州南広域消防本部(泉佐野消防署)

●1月16日(木) 午前10時～正午、午後1時～4時30分・泉佐野市役所

問合せ先 泉佐野市献血推進協議会(地域共生推進課内)

■認知症カフェ

介護の専門職がいるカフェなので認知症の人も安心です。

日時 1月12日(日)

午前10時～午後1時

内容 カフェタイム、オープンステージ、ハンドマツサージほか

場所・問合せ先 オレンジカフェつむぐ(羽倉崎3丁目10番32号) 辻下 ☎080・5311・0016

※申込不要。飲み物(350円)、モーニングセット450円を提供します。

【認知症カフェ(こまや)】

認知症専門サービス職員のみなさんとお話します。

日時 1月21日(火)午前10時～正午

場所・申込・問合せ先 3日前までに認知症カフェにこまや(鶴原2丁目4番18号 小笠原医院敷地内) ☎458・6230 Fax 458・6231

※駐車場に限りがあります。飲み物の持参可

「メモリー喫茶 コスモス」

日時 1月18日(土)午後1時～3時

場所・問合せ先 介護付有料老人ホーム 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。

【おしゃべり広場 もみの木】

どなたでも気軽に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。

■介護支援サポーター研修会

社会参加と、自らの生きがい・健康づくりのために参加しませんか。活動すると「さのぼ」ポイントを受け取れます！

日時 1月22日(水)午後1時～3時

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・問合せ先 1月20日(月)までに泉佐野市社会福祉協議会 ☎469・2155 Fax 462・5400

■ボランティアの集い

ボランティアに興味のある人は気軽にお越しください。

日時 1月22日(水) 午後1時30分～3時

場所 社会福祉センター

問合せ先 社協ボランティアセンター ☎464・2259

※ボランティアセンターの開館は平日の午前9時～午後5時です。気軽に利用してください。

■やさしい在宅介護教室

～家庭で出来る～

在宅介護食づくりのヒントに！

日時 1月24日(金) 午前10時～午後1時

メニュー 鮭の混ぜご飯、けんちん汁、抹茶ミルク寒天、里芋のとも和え

定員 16人(先着順)

講師 泉佐野市食生活改善推進協議会

材料費 800円

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具

申込・問合せ先 1月8日(火)以降に電話、FAXで日根野公民館 ☎450・3900 Fax 468・0011

へ。材料費の納入・キャンセルは1月17日(金)まで

福祉 (ついき)

■大阪府立佐野支援学校

「第47回作品展」

【図画、工作、木工、窯業、手芸、織物、書道などの活動で、児童生徒が一年間かけてコツコツと創りあげた作品をぜひご覧ください。】

今年度は、生徒たちが作った製品のバザーがあります。

期間 1月28日(火)～30日(木)

時間 午前9時～午後4時

場所・問合せ 府立佐野支援学校

(☎467・2252)

※学校周辺には駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください。

■子育て支援講座68

「タオル筆で描く・ゆりあげ絵灯籠」

日時 2月2日(日)

午後1時～2時30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

定員 15人(先着順)

講師 宮脇泰彦さん

申込・問合せ 1月6日(月)午前9時以降に電話、FAXでNPO法人ウィズ生活支援センター

(☎・Fax 466・1963)へ

※受講無料。一時保育あり、希望者は申込時に

※受講無料。一時保育あり、希望者は申込時に

■わたぼうし講座

「ママとこころのコンサート」

日時 2月25日(火)

午後2時15分～3時

定員 20組(先着順)

講師 中塚葉子さん(リトミック講師)

場所・申込・問合せ 1月20日(月)以降の午前10時～午後3時(月・火・金)に直接または電話で子育て支援センターわたぼうし(☎・Fax 447・6223)へ

※参加無料

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

☎469・7140
Fax 469・7141

■陰陽道史特論(全8回)

第7回「年中行事と陰陽道」

節分に豆まきを行い、恵方巻を食べる。上巳の節句にはひな祭り

と雛流し。端午の節句に菖蒲湯と、

今でも日本各地にはかつての年中

行事の痕跡が姿を変えて存続して

います。これらの節句には、陰陽

五行説が根幹にあります。

日時 1月8日(水)午後1時30分

～3時(受付・午後1時～)

定員 60人(先着順)

講師 細田慈人(当館学芸員)

申込 直接または電話で

※参加無料

■冬季企画展

「恵方?鬼門?泉佐野の家相図」

ー江戸時代の古いブームー

江戸時代に巻き起こった古いブームは、人々のなかで瞬間に浸透しました。本展示では泉佐野の大商人や庄屋たちが依頼した様々な家相図や、江戸時代の古い書・家相書、占いの道具などを展示して、江戸時代の泉佐野での古いブームについて紹介します。

期間 1月18日(土)～3月29日(日)

時間 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

※入館無料

■土曜れきし館ワークショップ

「新春書き初め絵馬を書こう!」

日時 1月18日(土)

●午後1時30分～2時30分

●午後2時45分～3時45分

定員 各14人(先着順)

※小学生以下は要保護者同伴

申込 直接または電話で

※参加無料

■歴史学講座戦国史編「織豊政権と本願寺」(全4回)

第4回「本願寺の京都移転と分立」

天正19(1591)年、豊臣秀吉から寺地を寄進された次男・准如は京都堀川通七条に西本願寺、

慶長7(1602)年に徳川家康から寺地を寄進された長男・教如は京都烏丸七条の地に東本願寺を創建しました。これ以降、本願寺は東西に分立することとなります。

日時 1月24日(金)、2月9日(日)

午後1時30分～3時

(受付・午後1時～)

※同じ内容で2回実施

定員 各60人(先着順)

講師 松迫 寿(当館学芸員)

申込 直接または電話で

※参加無料

■歴史学講座副館長講座

「城郭鑑賞の基礎知識②中世城郭の構造」

日時 1月26日(日)・28日(火)

午後1時30分～3時

(受付・午後1時～)

※同じ内容で2回実施

定員 各60人(先着順)

講師 西村 歩(当館副館長)

申込 直接または電話で

※参加無料

■新川家教室

フルート教室…1月9日(木)・16日(日)午後1時～

木彫り教室…1月10日(金)午前10時～

泉佐野ふるさと町屋館(旧新川家住宅)

Fax 469・5673

■恒例朝市

日時 1月18日(土)午前9時～正午

■ふるしき手づくりマーケット

日時 1月18日(土)

午前10時～午後4時

※申込不要、参加無料

※各施設の受付時間は、25ページをご覧ください。

31 広報いずみさの 令和2年1月号



その他イベント

■府宮泉佐野丘陵緑地

「お正月の郷遊び」

羽根つき、コマ回し、福笑いなど昔懐かしい正月遊びをしませんか？公園ボランティア「パーククラブ」による公園育ちのもち米を使った餅つきも楽しめます。ぜひ参加してください！

日時 1月11日(出)
午前10時～午後2時

※雨天の場合(前日の午後1時に決定)は1月12日(日)に順延。両日も雨天の場合は中止

場所 府宮泉佐野丘陵緑地(上之郷90番地)

※無料駐車場あり

持ち物 飲み物

※服装は動きやすいもので。パークセンター内に自動販売機あり

申込・問合せ 月曜日を除く午前9時30分～午後4時に電話で泉佐野丘陵緑地パークセンター(☎467・2491)へ

※各プログラムにより定員・参加費あり。ホームページ(<http://izumisano-kyuho.jp/>)からも申込可



■公民連携

エリア再生プロジェクト

第2回まちづくり講演会@泉佐野
〜今あるものに目を向けて
あったらいいな！をかたちにする〜

子育て中のママが自ら望む環境と仕事について、リノベーションや日々の実践を通じて話します。

日時 1月14日(火)午後2時～4時

場所 泉佐野商工会議所

講師 中根利枝さん (Wagamura 代表)

申込・問合せ 氏名、住所、電話番号、メールアドレスを記入し、eメール(info_wrs@com.zaqn.jp)またはFAXでバリュー・リノベーションズ・さの(☎477・7365 Fax 477・8258)へ

※詳しくはホームページ(<http://vr-sano.com/>)をご覧ください。



■ガールスカウト大阪府第42団

「新年の集い」

抹茶のいただき方を楽しく学んでみませんか？保護者も一緒に参加してください。

日時 1月18日(出)午前10時～正午(受付：9時45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 4歳以上

参加費 2000円

持ち物 白靴下

申込・問合せ 1月15日(木)までに、たに(☎090・3729・4343)へ

■めっちゃWAKUWAKUダンスinイオンモール

大阪府が作成した「めっちゃWAKUWAKUダンス」やオリジナルダンスの、子どもたちによる発表会を行います。みんなが楽しくダンスを踊るコーナーもあります。ぜひ見に来てください。

日時 1月18日(出)午前11時～正午、午後1時～2時、3時～4時

場所 イオンモール日根野

共催 子ども元気アッププロジェクト実行委員会

問合せ 大阪府教育庁保健体育課(☎06・6944・9366)



■泉佐野観光ボランティア協会

「ついでツアール」(予約制)

中世の山城 土丸・雨山城址へ

ミニ登山

～南北朝時代多くの武将が城の争奪戦を繰り広げたという～

日時 1月19日(日)
午前9時40分～午後2時30分頃

※雨天中止(当日午前7時に降水確率50%以上で中止)、催行の確認は当日午前7時以降に緊急連絡先へ

集合場所 日根神社(南海バス大鳴山行き「東上」バス停下車)

解散場所 南海バス「東上」バス停

コース 集合→土丸・春日神社→土丸登山口→土丸城址→月見亭→雨山城址(昼食予定)→馬場跡→雨山登山口→極楽寺→解散(約8km)

定員 50人(先着順)

参加費 3000円、小学生以下1000円(傷害保険料・資料代)

持ち物 弁当、飲み物、雨具、敷物など

申込・問合せ 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(☎458・3901 Fax 415・1427 eメール: sanooe@nknkuzaq.ne.jp 緊急連絡先: ☎080・3849・3901)へ

■大阪府芸術文化振興事業

「あつまれ☆さのキッズ」

「ほんとのともだちって？」

絵本「ともだちや」の世界を
楽しもう！

大人気の絵本「おれたち、ともだち」シリーズがお芝居になりました。

ある日、キツネは「ともだち

や」を始めることを思いつきましたが、それは本当のともだちなのでしょうか？絵本の世界そのままに、まるで絵本から飛び出してきたように生き生きと動くキツネたち。笑いあり、涙あり!?のとても楽しい作品です。小さい子どもから大人まで、ぜひ家族みんなで楽しんでください。

日時 2月29日(出)午後2時～

(開場：午後1時45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

定員 150人(先着順)

チケット価格 4000円

※1歳以下無料

後援 泉佐野市教育委員会

チケット予約・問合せ 泉佐野おやこ劇場(☎・Fax 415・0222 eメール: izumisanooyakoo@nknkuzaq.ne.jp)へ

チケット販売 1月4日(出)以降に레이크アルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター(☎469・7120)で



※各施設の受付時間は、25ページをご覧ください。