



# 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

佐野公民館

☎463・6181

Fax 469・2243

■寒さに負けない！  
温まる料理をつくろう！

～元気のでる  
簡単煮込料理を中心に～

日時 2月21日(金)

午前10時～午後1時

メニュー 牛肉巻きハンバーグの煮込み、あさり野菜のバター蒸し、鮭缶とじゃがいものスープ、かぼちゃプリン

対象 16歳以上

定員 15人（先着順）

講師 玉木英子さん（佐野公民館登録クラブ講師）

材料費 1,000円

持ち物 エプロン、ふきん、三角巾  
申込 2月5日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月14日(金)まで



## ■手芸講座

レザー製チャームづくり

～自分好みの可愛いチャームを作ってみませんか～

日時 2月28日(金)

午後1時～2時30分

対象 16歳以上

定員 16人（先着順）

講師 森田恵満子さん（ユリシスプライベートスクール代表）

材料費 小1,000円、大1,500円

※材料費納入時に大きさと色を選んでいただきます。

持ち物 カッターナイフ、マットまたは新聞紙、定規（15cm程度）、ボールペン、ラジオペンチ  
申込 2月6日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月20日(木)まで



## ■春の和菓子づくり講座

～栗とさつまいもとあんを包んで蒸しあげたおまんじゅう～

出来立ての美味しさを楽しんでください。他に1品お楽しみメニューもあります。

日時 3月10日(火)

午前10時～午後0時30分

対象 16歳以上

定員 16人（先着順）

講師 下方 緑さん（生涯学習ポランティア講師）

材料費 1,000円

持ち物 エプロン、ふきん2枚、三角巾、マスク、持ち帰り用容器  
申込 2月14日(金)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月29日(土)まで

## 日根野公民館

☎450・3900  
Fax 468・0011

## ■大阪のおばちゃん学

～元気の源はここから～

日時 2月21日(金)

午後1時～2時30分

対象 16歳以上

定員 30人（先着順）

講師 前垣和義さん（相愛大学客員教授）

申込 2月7日(金)以降に電話、FAXで

※受講無料

## ■ひな祭りにデコ巻きすし

～今年のひな祭りは美味しく可愛いデコ巻きすしを作りませんか～

日時 2月28日(金) 午前10時30分～午後0時30分

対象 16歳以上

定員 12人（先着順）

講師 うず まきこさん（デコ巻きマスター）

材料費 1,500円

申込 2月4日(火)以降に電話、FAXで。キャンセルは2月21日(金)まで

## ■日根野公民館コンサート

～開館1周年記念～

日時 3月29日(日) 午後2時～

定員 100人（要整理券）

出演 森田美穂さん（クラリネット）・田所千佳さん（ピアノ）

「ゲスト出演」池上尚里さん（バイオリン）

※申込不要、入場無料。整理券はエプソンの森ホール、日根野公民館にて配布しています。



文化・教養

歴史

健康

福祉

その他

文化・教養 (つづき)

長南公民館

☎465・0786  
Fax 465・1103

■手軽に作ろうヘルシーごはん④  
カルシウムたっぷりのメニューで骨を丈夫に保ちましょう。

日時 2月23日(朔)  
午前10時～午後1時

メニュー 鮭のクリーム煮、えび大豆、胡瓜とちくわのごま酢あえ、黒糖クレープ

対象 16歳以上

定員 16人(先着順)

講師 松尾登美子さん(管理栄養士)

材料費 800円

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、マスク

申込 2月5日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月15日(土)まで

■甘酒と塩麹づくり講座(全2回)

「飲む点滴」と言われるほど栄養価が高く、腸内環境が整い美肌効果、便秘解消も期待できる甘酒と塩麹も同時に作ります。

日時 2月28日(金)、3月1日(日)  
午前10時～正午

定員 16人(先着順)

対象 16歳以上(5合炊き電気炊飯器をお持ちの人)

材料費 1,000円

文化・教養

歴史

健康

福祉

その他

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、マスク、広口瓶(2ℓ塩麹用)  
申込 2月6日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月22日(土)まで



■固まるハーバリウム作り

透明感があり、とてもきれいな固まるハーバリウムです。ペンや印鑑、歯ブラシ立てなどに活用できます。サイズは高さ38mm、底部直径43mmです。

日時 2月29日(土)  
午前10時～正午

定員 16人(先着順)

対象 小学生以上  
講師 挽田阿美さん(3Dプレミアムマスター)

材料費 1,500円

申込 2月6日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月22日(土)まで



南部市民交流センター 本館  
☎466・1641  
Fax 466・4744

■パパ・ママクッキング

こんなお寿司はいかが？  
さちよつと気取った料理でひな祭り(健康マイレージ対象)

メニュー ちら巻きずし、博多寿司、かき揚げ、鶏のすっぽん仕立て吸い物、柚子の香タルト

日時 2月18日(水)  
午前10時～午後1時

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 伊崎真弓さん(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 2月5日(水)以降に本人が電話、FAXで



■書道無料体験講座 一筆入魂!

とめ・はらいなど、筆使いの基本から学びましょう。

日時 2月29日(土)  
午後2時30分～4時

対象 書道の基本を学びたい人(初心者可)

定員 10人(先着順)  
講師 松原曙郷さん  
持ち物 書道セット(硯、筆、下敷き、文鎮)、手拭き用タオル  
※半紙と墨汁は、こちらで用意します。

申込 2月5日(水)以降に本人が電話、FAXで

■手づくりお菓子の教室

「きんこぼ」

江戸時代から愛されているきんこぼと、もう一品を作ります。

日時 3月2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 2月5日(水)以降に本人が電話、FAX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(2月)	講座名
①15日(出)	ハーバリウム
②18日(火)	プリザーブドフラワー
③20日(木)	アメリカンフラワー
④21日(金)	パーソナルカラー診断

時間

- ①午前10時30分～午後0時30分
- ②④午前10時30分～午後0時30分、午後1時30分～3時30分
- ③午前10時～午後0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後藤昭美さん(キャンディポム)
- ④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 ①②③のみ  
はさみ、持ち帰り用袋

申込 開催日の3日前まで



※各施設の受付時間は、25ページをご覧ください。



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

■キフキフ2way

ジュエリーバッグ

キフキフ輝くテープヤーンで仕上げる心ときめくエレガントでハイクオリティーなハンドメイド「ジュエリーバッグ」です。カラーは2種類から選べます。

日時 2月28日(金)、3月2日(月)

午前10時30分～正午(全2回)

定員 10人(先着順)

対象 16歳以上

講師 田中優巳子さん (Atelier Fleur主宰)

受講料 2,200円(材料費含む)

持ち物 はさみ、先の細いペンチ、メジャー

申込 2月5日(火)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは2月21日(金)まで



■消しゴムはんこ

自分や子どものワンポイントとなる名前やマークのオリジナルはんこを作ります。入園、入学準備にも使えます。(布にも押せるインク付き)

日時 2月27日(木)

午前10時～正午

定員 10人(先着順)

対象 16歳以上

講師 河崎ひろみさん(消しゴムはんこ講師)

受講料 1,000円(材料費含む)

持ち物 ウエットティッシュ、カッター、カッティングマットまたは牛乳パックの開いたもの、えんぴつまたはシャープペン、彫刻刀(あれば)、めがね(必要な人)

申込 2月4日(火)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは2月20日(木)まで



■パッチワークでまんまるポーチ (直径約12cm)

まん丸のかわいいポーチを作ります。

日時 3月4日(水)・11日(水) 午後1時30分～3時(全2回)

定員 15人(先着順)

対象 16歳以上

講師 松永由美さん(パッチワーククラブ キルトえむ主宰)

受講料 500円(材料費含む)

持ち物 裁縫道具、筆記用具

申込 2月5日(火)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは2月26日(木)まで



レイファルスタープラザ・カワサキ中央図書館

☎469・7130  
Fax 469・7131

■土曜子どもシアター

「日本の昔ばなし」

鶴の恩返しほか

日時 2月8日(土) 午後2時～

上映時間 69分

定員 80人(先着順)

※申込不要、入場無料。毎月第2土曜日に子ども向け「映画会」を予定しています。

■午後のキネマ

「ノッティングヒルの恋人」

日時 2月15日(土)

午後1時30分～

上映時間 124分

定員 80人(先着順)

※申込不要、入場無料。隔月第3土曜日に一般向け映画の上映を予定しています。



文化・教養

歴史

健康

福祉

その他

広告

文化・教養 (つづき)

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

■キャッシュレス時代により遅れ  
たくないお母さんのためのマネー  
講座

今、お金の流れが変わりつつあ  
ります。キャッシュレス時代を賢  
く生き抜く消費者となるために、  
どういうメリット・デメリットが  
あるのか学び、自分で考えて判断  
しませんか？

日時 2月26日(水)  
午後1時～3時

定員 20人(先着順)

講師 渡邊有子さん(日本家計ア  
ドバイザー®協会認定)

持ち物 筆記用具

主催 泉佐野子育てネットワー  
ク三輪車

共催 泉佐野市

申込 2月5日(水)以降に電話、F  
AXで。一時保育(若干名・先着  
順)あり、希望者は申込時に  
※受講無料

■本場イタリア仕込み

手打ちパスタ講座

〜タリアテッレ作り〜

挑戦しよう！

「タリアテッレ」とは「切る」  
という意味の tagliareをその名の

文化・教養

歴史

健康

福祉

その他

由来とする幅が5mm〜10mm前後の  
平麺タイプのパスタです。この機  
会に手打ちパスタ作りを習得しま  
せんか？

日時 2月27日(木)

午前10時～午後1時

メニュー 手打ちパスタ(タリア  
テッレ)、ベーコンと根菜のパス  
タソース、カボチャのスープ、生  
ハムとオレンジのサラダ

定員 20人(先着順)

講師 田崎佳代さん(マスター  
コースディプロマ)

材料費 1,000円

持ち物 エプロン、三角巾、マス  
ク、ふきん、手拭きタオル、筆  
記用具、麺棒

申込 2月5日(水)以降に電話、F  
AXで。材料費の納入・キャンセ  
ルは2月19日(水)まで

※一時保育(若干名・先着順)あ  
り、希望者は申込時に



■春のガーデニング寄せ植え講座  
花を長持ちさせるための水やり  
のコツや肥料の種類などの豆知識  
を学びながら、お花同士の相性や  
間隔を考えながら寄せ植えしてい  
きます。

日時 2月27日(木)

午前10時～11時30分

定員 24人(先着順)

講師 藪 晋一さん・美紀さん(す  
みれの森主宰)

材料費 1,500円

持ち物 新聞紙、薄手の手袋(必  
要な人)、持ち帰り用袋

申込 2月6日(木)以降に電話、F  
AXで。材料費の納入・キャンセ  
ルは2月20日(水)まで



■アロマで暮らしを華やかに！  
オリジナルアロマ

ワックスバー作り

アロマワックスバーは別名「火  
を使わないアロマキャンドル」と言  
われています。ほんのりと良い香  
りがし、見た目も美しく、お部屋  
のインテリアに最適で、消臭、殺菌、  
空气清新効果が期待できます。

日時 3月3日(火) 午前10時～正午

定員 16人(先着順)

講師 石崎よしみさん(AMPA)認  
定アロマセラピスト・アロマセラ  
ピーインストラクター)

材料費 1,000円(2個)

持ち物 筆記用具

申込 2月7日(金)以降に電話、F  
AXで。材料費の納入・キャンセ  
ルは2月26日(水)まで

※一時保育(若干名・先着順)あ  
り、希望者は申込時に



■メタルエンボッシングアート  
体験講座

メタルエンボッシングアートは  
中世ヨーロッパ・ロシアを中心  
に職人たちによって伝承されてきた  
歴史ある伝統美術工芸です。銀色  
が映えるアンティークなキーホル  
ダーを作ります。

日時 3月13日(金)

●午前10時～11時

●午前11時15分～午後0時15分

定員 各8人(先着順)

講師 田中きみよさん(JMEA) 日

本メタルエンボッシングアート協  
会(認定講師)

材料費(いずれか選択)

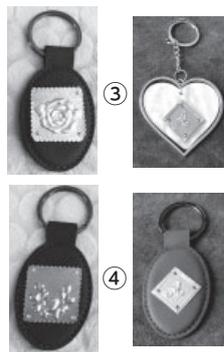
●アクリル ①600円

●革 ②800円・③④900円

持ち物 定規

申込 2月13日(木)以降に電話、F  
AXで。材料費の納入・キャンセ  
ルは3月4日(水)まで

※一時保育(若干名・先着順)あ  
り、希望者は申込時に



■うたごえ喫茶part8

♪みんなで楽しく歌いましょう♪

誰でも口ずさめる人気曲を多数  
準備してお待ちしています！初め  
ての人も、常連の人も、みんな  
思いきり歌って楽しみましょう！

日時 3月22日(日)

午後2時～3時30分

定員 50人(先着順)

講師 貴志雅世さん、鎌田健次さ  
ん+ゲスト

資料代 300円

持ち物 飲料水、タンバリン・マ  
ラカスなど(あれば)

申込 2月14日(金)以降に電話、F  
AXで



### 文化・教養 (つぎ)

#### 各種文化・教養

■お父さんの参加も大歓迎!!  
親子フッキング

手作りシュークリーム

日時 3月15日(日)

午前10時～正午

場所 レイワアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター2階料理室

対象 小学生と保護者

定員 10組(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 700円

持ち物 エプロン、ふきん2枚、バンダナ、持ち帰り用容器

申込・問合せ 2月1日(出)～3月7日(出)に電話、FAXでいずみさの女性センター(☎469・7125)へ。材料費の納入・キャンセルは3月7日(出)まで

※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:2月28日(金))。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。



#### ■スミス先生の英会話レッスン(全4回)

日時 2月8日～29日の毎週土曜日午後1時～2時

場所 らいふらいんぷらざいずみさの

対象 小学1～3年生

定員 20人(先着順)

講師 デビン・スミスさん

教材費 400円

申込 2月3日(月)以降に電話で専用番号(☎449・4760)へ。教材費の納入・キャンセルは2月7日(金)まで

問合せ 南都市民交流センター青少年センター(☎466・1745 Fax 466・1779)



### 歴史

レイワアルスタープラザ・カワサキ歴史館いずみさの  
☎469・7140  
Fax 469・7141

#### ■歴史学講座 陰陽道史特論

第8回「橋占・辻占・チマタの占い」

鎌倉時代後期から室町時代にかけて民衆のなかに占い師が登場します。「平家物語」に登場する橋占い、堺の晴明辻の辻占いなど民衆に生れた古い師の活動に注目します。

日時 2月12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

#### ■歴史学講座 戦国史編 「織豊政権と本願寺」

特別副館長講座  
「紀州鷲森本願寺における歴史的寺院建築とその意義」

日時 2月16日(日) 午後1時30分～3時(受付:午後1時～)

定員 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

#### ■冬季企画展開催記念講演会 「泉佐野の古いブーム」

日時 2月22日(土) 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。講演会終了後、冬季企画展展示解説を開催します。(申込不要)



#### ■歴史学講座 陰陽道史特論補遺 「中世の民衆・民間信仰と修験道・陰陽道」(全6回)

第5回 「修験道と様々な信仰」  
中世に成立をみたといわれる修験道。そこには数多くの宗教・思想が混在しました。第5回では、特に修験道に大きな影響を与えたとされる密教・道教・陰陽道との関係を中心に考えます。

日時 2月23日(火) 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

#### ■土曜れきし館ワークショップ 「和と日本をつくらう!」

日時 2月1日(出)  
●午後2時～3時  
●午後3時～4時  
定員 各回10人  
※未就学児は要保護者同伴  
申込 直接または電話で  
※参加無料

#### ■牛乳パックで「小物入れをつくらう!」

日時 2月15日(出)  
午後2時～3時30分  
※材料がなくなり次第終了。未就学児は要保護者同伴。申込不要、参加無料

泉佐野ふるさと町屋館  
(旧新川家住宅)  
☎469・5673

#### ■新川家教室

●木彫り教室:2月14日(金) 午前10時～

●仕舞・謡曲:2月18日(火) 午後1時～

●フルート教室:2月20日(木) 午後1時～

●着付教室:2月20日(木) 午後1時～

申込 開催日の3日前まで

#### ■恒例朝市

日時 2月15日(出)  
午前9時～正午

#### ■子ども餅つき大会

日時 3月8日(日)  
正午～なくなり次第終了  
参加費 一人100円



# 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 2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(松風台西)交差点西側)内の広場

コース 大細池池周回コース

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

### ■生活習慣病

予防健康教室(予約制)

一緒に考えましょう！

今すぐできること(健康マイレージ対象)

日時 2月21日(金)

午後1時30分～3時

場所 エブノ泉の森ホールマルチスペース

内容 生活習慣病が気になる人に

## 文化・教養

## 歴史

## 健康

## 福祉

## その他

おすすめた運動や食事について

※当日の血圧値が最高180mmHgまたは最低100mmHg以上の方は、運動実技が見学となります。

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(お持ちの人)

※服装は動きやすいもので

申込 2月4日(火)以降に直接または電話で

### ■骨粗しょう症

予防教室(予約制)

医師から学ぼう！骨粗しょう症！誰でもできる生活習慣改善のポイントをお届けします！

日時 3月5日(木)

午後1時30分～3時30分

場所 エブノ泉の森ホール2階会議室(大)

対象 市内在住者

定員 50人(先着順)

講師 田中雅博さん(泉佐野泉南医師会 医師)

持ち物 健康手帳・健康マイレージカード(お持ちの人)

申込 2月4日(火)以降に直接または電話で

※受講無料

### ■特定健診結果の見方(予約制)

「医師から学ぼう！健診結果(血液データ等)の見方」

誰でもできる生活習慣改善のポイントをお届けします！

健康診断を受けたけど、検査結果の意味がわからない…何に注意すればいいのかわからない？そんな疑問に医師がお答えします。

日時 3月15日(日)午前10時～正午

場所 エブノ泉の森ホール2階会議室(大)

対象 市内在住者

定員 50人(先着順)

講師 岡田武夫さん(財)大阪がん循環器病予防センター 医師)

持ち物 健康診断の結果、健康手帳、健康マイレージカード(お持ちの人)

申込 2月4日(火)以降に直接または電話で

※受講無料



### りんくう総合医療センター

☎4699-3111  
Fax 4699-7929

### ■生活習慣病予防教室

日時 2月13日(木)

午後1時～2時

内容 「血圧管理と減塩のすすめ」

講師 榎根 晋(糖尿病・内分泌代謝内科部長兼糖尿病センター長)

場所 研修棟3階 第1・2会議室

問合せ 地域医療連携室

※申込不要、参加無料

### ■市民健康講座

「家族を救う応急手当」

「心臓マッサージ・AEDを学ぼう」

りんくう総合医療センターでは、病気の予防・治療について健康講座を毎月開催しています。健康相談も行いますので、気軽に参加して下さい。

日時 2月15日(土)

午後2時～4時

場所 3階大会議室

講師 西村直美(糖尿病看護認定看護師)、生駒雄太郎(救急看護認定看護師)

問合せ 地域医療連携室

※申込不要、参加無料

## 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

●2月6日(木)午後2時10分～40分

●2月20日(木)午後2時30分～40分

羽倉崎温泉(東羽倉崎町6番10号)・男女各25人

※各10分前より先着順で受付

テーマ「脳トレで若返る！」脳トレ体操なども実施します！

対象 市内在住の65歳以上と家族

問合せ 地域共生推進課

※申込不要、参加無料



健康(こころ)

■Newー健康サポート教室

「ザ・ヒップー」

(健康マイレージ対象)

お尻の筋肉をしつかり鍛えて「後ろ姿マイナス5歳」をめざしませんか？

日時 2月17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、飲料水

料水

場所・申込・問合せ 2月5日(水)

以降に本人が電話、FAXで南部市民交流センター本館(☎4661641 Fax4664744)へ

※受講無料。服装は動きやすいもので

■シェイプエクササイズ体験講座

(健康マイレージ対象)

音楽に合わせて楽しくエクササイズを行います。日頃の運動不足を解消しませんか。4月から始まる講座の体験です。

日時 2月26日(水)

午後7時30分～8時30分

定員 30人(先着順)

対象 16歳以上

講師 谷口寿美恵さん(スポーツインストラクター)

持ち物 ヨガマット、飲料水、タオル

場所・申込・問合せ 2月4日(火)

以降に電話、FAXで北部市民交流センター本館(☎46445725 Fax4692284)へ。キャンセルは2月21日(金)まで

※受講無料。服装・靴は動きやすいもので



■冷え性改善「温活ヨガ」

体を温めるのに効果的な筋肉の動きを活性化させて、体の巡りを改善します。

日時 2月29日(出)

午後1時～3時

対象 16歳以上

定員 16人(先着順)

講師 農崎奈美さん(日本総合ヨガ普及協会正指導者)

持ち物 タオル、飲料水、ヨガマット(なければ大きめのバスタオル)

場所・申込・問合せ 2月6日(水)以降に電話、FAXで長南公民館(☎4650786 Fax4651103)へ。キャンセルは2月23日(祝)まで

※受講無料。服装は運動のできるもので

■生活習慣病とその予防  
〜放っておけない

サイレントキラー

健康を守る生活習慣、つくりの大切さをもう一度見直しましょう。また、希望する人に血管年齢の測定を行います。

日時 3月3日(火)

午前10時30分～正午

対象 16歳以上

定員 20人(先着順)

講師 村上昌子さん(近畿中央ヤクルト販売株式会社)

持ち物 筆記用具

場所・申込・問合せ 2月13日(水)

以降に電話、FAXで佐野公民館(☎4636181 Fax4692243)へ。キャンセルは2月26日(祝)まで

※受講無料



福祉

泉佐野市社会福祉協議会

☎4642259  
Fax4625400

■大切な人をなくされた方へ

親しい人と死別した、悲嘆(グリーフ)への対応方法について学ぶことができます。なくされた人だけでなく、その人を支えたいと思う人の参加もお待ちしています。

日時 3月10日(火)

午後1時30分～3時30分

場所 社会福祉センター

対象 市内在住・在勤者

定員 80人(先着順)

講師 坂口幸弘さん(関西学院大学人間福祉学部教授)

申込 3月2日(月)までに基幹包括支援センターいずみさの(☎4642977 Fax4625400)へ

※参加無料



■泉佐野わいわいの輪  
(第6回地域支えあい学習会)  
地域の資源マップを  
みんなでつくろう

だれもが安心して暮らすことのできるまちをめざして、住民参加による支えあいを進めています。意外と知らない自分のまちのことを「わいわい」話し合い、地域づくりに参加してみませんか？

日時 2月21日(金)

午後1時30分～3時30分

場所 社会福祉センター

内容 ワークショップ「知ろう・語ろう いずみさの支えあい」

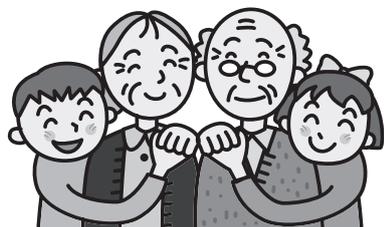
⑤

対象 内容に関心のある市民

定員 30人(先着順)

申込 2月3日(月)以降に電話、FAXで

※参加無料



# 福祉(つぎ)

いずみさの  
ファミリーサポートセンター  
☎463.3530

子育ての手助けが必要なときに備えて、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)

## ファミサポ交流会

〜のち〜「お話し会」

〜家族で一緒にふれあい遊び〜

絵本の読み聞かせ、パネルシアター、手遊びなど日曜日のひと時、子どもと楽しい時間を過ごしませんか?(会員以外も参加可、当日入会可)

日時 3月1日(日) 午前10時〜11時30分(開演:10時30分)

場所 レイワアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター和室

対象 市内在住・在勤の親子

定員 20組(先着順)

講師 おはなしの会・ルピナスのみなさん

申込 2月10日(月)〜25日(火)に電話

※参加無料

## 各種福祉

### 認知症カフェ

「オレンジカフェつむぐ」

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 2月9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、ハンドマッサージほか

場所・問合先 オレンジカフェつ

むぐ(羽倉崎3丁目10番32号) 辻

☎080.53311.0016

※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。

「メモリー喫茶コスモス」

日時 2月15日(土)

午後1時〜3時

場所・問合先 介護付有料老人ホ

ーム桜苑(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。

「認知症カフェにこむぎ」

認知症専門デイサービスの職員が、みなさんとお話しします。

日時 2月18日(火) 午前10時〜正午

場所・申込・問合先 3日前まで

に認知症カフェにこむぎ(鶴原2

丁目4番18号 小笠原医院敷地内

☎458.62300 Fax458.662

31)へ

※駐車場に限りがあります。飲み物の持参可

「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・問合先 もみの木のいえ(羽

倉崎3丁目8番1号) ☎090.3

873.1769「ヤジ」

※申込不要。飲み物(お菓子付)

を100円で提供します。

「愛の献血」

日時 2月23日(祝)

午前10時〜午後4時

場所 いこらも〜る泉佐野

協力 ローターアクト

問合先 地域共生推進課



けんけつちゃん

文化・教養

歴史

健康

福祉

その他

## 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、お茶、お菓子で、メンバーと交流し、障害理解とルリエの活動を理解して頂く時間を作りました。みなさんのお越しをお待ちしています。

日時 2月14日(金)、3月13日(金)

午後2時〜4時

施設協力金 100円

場所・問合先 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 2月26日(祝)

午後1時30分〜3時

場所 社会福祉センター

問合先 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。気軽にご利用してください。

## 在宅医療・介護座談会

いつするの? 「人生会議」

〜もしもの話を元気づけに〜

日時 2月28日(金) 午後1時30分〜3時(受付:午後1時〜)

場所 社会福祉センター

定員 50人(先着順)

対象 泉佐野市民

講師 西本好栄さん(訪問看護士)

申し込み 2月21日(金)までに電話で基幹包括支援センターい

ずみさの(☎464.2977 Fax

462.5400)へ

※参加無料



## 「ルリエ」バザー

地域とのつながり、障害者理解の啓発活動として毎年バザーを実施しています。

日時 2月29日(土)

午前10時〜午後2時

場所・問合先 地域活動支援センター「ルリエ」(春日町1番25号)

☎050.1559.0531



## 福祉 (福祉)

### ■精神保健人権市民講座

「精神障がいに寄り添う」

町をめぐって (第2回)

精神障害のある市民が「地域の一人として自分らしく暮らせる社会」を目指し、国内外の「先進的なモデル」を学びましょう。

開催日・内容・講師

●2月29日(土)・人間の危機に寄り添いわかちあう町イタリアの現状・小村絹恵さん(佛教大学非常勤講師)

●3月10日(火)・精神病体験を糧に地域の一人として生きる・山中実さん(精神医療ユーザー)

時間 いずれも午後1時30分〜3時30分

場所 エブノ泉の森ホール2階会議室(大)

定員 50人

申込・問合せ 南泉州こころのバリアフリーを考える会(森島)・Fax 453・6326 eメール: suberi@hyu6@ybb.ne.jp)へ  
※参加無料



### ■つくしんぼ子育て講座

「ママのためのほっこりコンサート」

心を癒す素敵な音楽を聴きに来ませんか?

日時 3月5日(木)

午後1時30分〜3時

場所 次世代育成地域交流センター

定員 25人(先着順)

講師 中塚葉子さん(リトミック講師)

申込・問合せ 2月6日(木)以降の午前9時〜午後4時に直接または

電話、FAXで子育て支援センターにつくしんぼ(☎469・0660 Fax469・0670)へ  
※受講無料。一時保育(先着順)あり、希望者は申込時に



## その他のイベント

### ■くらたんワイワイ祭り

フルーzing体験、カッターボート体験、ウォークラリー、石ころアートなどたくさん催し物があるイベントです。他にも、ステージや屋台、手作りピザ、焼き芋販売など同時開催します。

※フルーzing体験、カッターボート体験のみインターネットまたは電話で事前申込が必要(定員あり)

日時 2月9日(日)

午前9時30分〜午後4時

※雨天決行  
場所 大阪府立青少年海洋センター(岬町淡輪6190番地)

参加費 各プログラム100円〜500円

※一部無料のイベントあり

申込・問合せ 大阪府立青少年海洋センター「くらたんワイワイ祭り」係(☎494・1811 Fax494・1735 ホームページ: <http://p://www.osaka-kaiyo.com/>)へ  
※駐車場あり。南海「淡輪」駅より徒歩10分



### ■府宮泉佐野丘陵緑地

「キノコの菌打ち体験」

泉佐野丘陵緑地のボランティア「パーククラブ」と一緒に、公園で伐採した樹木を使ったほだ木にキノコ(シイタケ)の菌を打ちつける体験をしてみませんか。参加者はミニほだ木をお持ち帰りいただけます。ぜひ、ご参加下さい。

※小学生以下は要保護者同伴

日時 2月22日(土)

午前10時〜正午(雨天決行)

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 10組(申込多数の場合は抽選)

参加費 1組500円

持ち物 服装は汚れてもよいもので(長袖、長スボン、運動靴または長靴推奨)

※飲み物はパークセンター内に自動販売機があります。

申込・問合せ 2月12日(火)正午まで(毎週月曜日、月曜日が祝日の場合は次の平日を除く)の午前9時30分〜午後4時までに電話で泉

佐野丘陵緑地パークセンター(☎467・2491)へ。ホームページ(<http://izumisano-kyuryo.jp/>)からも申込可

### ■泉佐野観光ボランティア協会

てくてくツアー

緑地で春の息吹を体感し  
キャベツ狩りと地酒を楽しむ  
日根荘・国史跡と寒梅と地場産品をめぐります。

開催日 3月1日(日)※雨天決行

集合時間・場所 午前9時40分・日根神社(南海バス犬鳴山行き

「東上」バス停下車)

解散時間・場所 午後3時(予定)・JR「日根野」駅

コース 集合→日根神社と慈眼院→ろじ深→意賀美神社→泉佐野丘陵緑地(昼食予定)→梅の堤→射手矢農園(キャベツ狩り1個進呈)→北庄司酒造→解散(約9km)

※雨天の場合はキャベツ狩りは中止です。

定員 50人(先着順)

参加費 300円、小学生以下100円(傷害保険料・資料代)

持ち物 弁当、飲み物、雨具、敷き物など

申込・問合せ 午前10時〜午後4時に電話、FAX、eメールで泉佐野ボランティア協会(☎458・3901 Fax415・1427 eメール: [sanooneemon@kuzaq.ne.jp](mailto:sanooneemon@kuzaq.ne.jp))

※当日午前7時警報発令時は中止、催行の確認は当日午前7時以降に緊急連絡先(☎080・3849・3901)へ

## その他 (その他)

### ■第23回

知って得する労働問題講座

～中小企業労働環境向上塾～

労働問題に対する正しい知識を学び、労使トラブルを未然に防ぎましょう。

開催日 3月4日(水)

場所 岸和田市立産業会館

(岸和田市別所町3丁目13番26号)

※車での来場はご遠慮ください。

時間・内容・講師

●午後1時30分～2時50分・「時効延長で高まる未払賃金のリスクと防止策について」・中辻史記さん(リード総合法律会計事務所弁護士)

●午後3時5分～4時25分・「雇用・労働分野等の助成金について」・梶原義明さん(大阪労働局助成金センター課長補佐)

対象 事業主、管理職、人事労務担当、その他関心のある人

定員 70人(先着順)

●午後2時～5時30分・労働相談コーナー

主催 泉南地域労働行政機関運営委員会

申込・問合先 FAXで貝塚市都市政策部商工観光課 (Fax 433・7193)へ

※受講無料

## 文化・教養

## 歴史

## 健康

## 福祉

## その他

### ■NHK公開講演会

「国宝東塔大修理落慶記念

薬師寺展」

日時 3月17日(火)

午後2時～3時30分

定員 150人(先着順)

講師 米屋 優さん(あべのハルカス美術館 副館長)

共催 NHK大阪放送局、泉佐野市文化振興財団

申込 2月1日(出)以降に直接、FAX、官製はがき(1枚で2人まで可)で氏名、住所、電話番号、参加人数をご記入のうえ、〒598・0005 市場東1丁目295番地の1レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター「NHK公開講演会 薬師寺展」係へ。受付後に入場整理券を郵送します。

問合先 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)

※受講無料。詳しくは、NHK大阪ホームページ (<https://www.nhk.or.jp/osaka/>) をご覧ください。



▶ 国宝東塔 水煙  
奈良時代(8世紀)

### ■icaイベント

「KIX泉州国際マラソン

ランナー歓迎会」

KIX泉州国際マラソンに参加する泉佐野市と友好関係にあるモンゴル国トウブ県、中国四川省成都市新都区、中国山東省威海市およびウガンダ代表のランナーと友好交流をします。

日時 2月14日(金)

午後2時30分～4時

場所 NPO法人 泉佐野地球交流協会 (ica)

定員 20人

申込 2月7日(金)まで

※参加無料

### 「やさしいにほんご」となりの外国人ボランティア

「やさしいにほんご」は、外国人へ正確な情報を伝える一つの方法として、災害時や行政・生活情報・毎日のニュースの発信など、様々な分野で役立ちます。「かわる日本語」のルールとコツを学びます。

日時 2月29日(出) 午前10時15分

午後0時15分

定員 30人

講師 「やさしい日本語」有志の会

場所 NPO法人 泉佐野地球交流協会 (ica)

申込 2月21日(金)まで

※参加無料

### 「ボウリングで国際交流」

日本人と外国人の混成チームでボウリングをします。勝敗にこだわらず国際交流を楽しみましょう。

日時 3月7日(出)

午前10時15分～(受付:午前9時45分)

場所 ストライクスりんくうシュークル店

定員 50人(小学生以上・先着順)

参加費 大人1,000円・小人700円(小学5年生以上)・2ゲーム・貸靴代込

申込 2月20日(木)まで

【日本語指導ボランティア養成講座(全14回)】

地域在住外国人の日本語学習を支援するための指導者を養成します。講座終了後は日本語指導ボランティアとして指導していただきます。

日時 4月11日～7月18日(5月2日除く)の毎週土曜日 午前10時～正午(受講人数により回数が前後することがあります)

場所 NPO法人 泉佐野地球交流協会 (ica)

受講条件 ica会員になること(年会費2,000円)

定員 20人(先着順)

※応募者が8人以下の場合、秋に延期します。

講師 ica日本語学習支援ボランティア指導者

受講料 5,000円(テキスト代含む)

協力 国際交流基金 関西国際センター

申込 2月28日(金)まで

※締切日以降、受講人数が確定次第、書類を郵送します。

いずれも

申込・問合先 NPO法人 泉佐野地球交流協会 (ica) 南中樫井476番地の2 南部市民交流センター本館1階 (☎429・9741 Fax 429・9742 eメール: [ica@csa.or.jp](mailto:ica@csa.or.jp)) 開館: 火～土曜日の午前10時～午後5時

