

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（毎月最終木曜日除く）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

●ボールペン字講座

「手紙、葉書の宛名書き」を美文字に書くコツを学びます。

日時 1月20日（休）午後1時～3時

対象 16歳以上

定員 12人（先着順）

講師 的場江陽さん

資料代 100円

持ち物 ボールペン

申込 1月5日（休）以降に電話、FAXで。キャンセルは1月18日（休）まで。材料費の納入は1月20日（休）まで。

●シニア向けスマートフォン

体験教室

「スマホに興味はあるけれど、とても難しそう」と思っている人に、基本操作やインターネット検索、メール、地図、カメラなどの日常生活に役立つ人気アプリを体験します。Android OSのスマートフォンを1人1台貸出します。

日時 1月28日（金）

●午前10時～正午

●午後1時30分～3時30分

対象 スマートフォンの購入を検討しているシニアの人

定員 各12人（先着順）

講師 スマートフォンアドバイザー

申込 1月6日（休）以降に電話、FAXで。キャンセルは1月25日（休）まで

※受講無料

●パンづくり教室

生地作りから始める

「こぐまのちぎりあんぱん」

他にお楽しみメニューもあります。

日時 2月5日（土）

午前10時～午後1時

対象 16歳以上

定員 8人（先着順）

講師 下方 緑さん（生涯学習ボランティア講師）

材料費 1,000円

持ち物 エプロン、ふきん2枚、三角巾、持ち帰り用容器（直径7cm程度）のあんぱん4個分、フェイスシールド

申込 1月12日（休）以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは1月27日（休）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

「身近にある材料で中華を」

旬の材料をいかす

（健康マイレージ対象）

日時 1月18日（火）

午前10時～午後1時

メニュー 巻き白菜の蒸しもの、里芋と鶏肉の炒めもの、アサリとニラのスープ、カニカマときゅうりの辛子酢醤油和え、バナナケーキ

定員 8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、持ち帰り用容器

申込 1月5日（休）午前9時以降に本人が電話で。材料費の納入・キャンセルは1月12日（休）まで

●かんたん手づくり講座

「壁掛け用ひな人形」

自分で作る、

気軽に飾れるお雛様

日時 1月28日（金）午後1時～3時

定員 15人（先着順）

講師 崎山壽美子さん

材料費 600円

持ち物 裁縫道具、はさみ、手芸



用ボンド、手拭き用タオル、筆記用具
申込 1月5日（休）午前9時以降に本人が電話で。材料費の納入・キャンセルは1月21日（金）まで



●手づくりお菓子の教室

「チョコレートブラウニー」

胡桃も入れて濃厚に！バレンタインにぴったりのお菓子です。他にもう一品作ります。

日時 2月7日（月）午前10時～正午

定員 12人（先着順）

講師 木村明美さん

材料費 1,500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5日（休）午前9時以降に本人が電話で。材料費の納入・キャンセルは1月31日（月）まで



文化・教養 (つづき)

レイカールスタープラザ・カワサキ
生涯学習センター

☎469・7120
Fax 469・7121

■グルーデコ体験講座

〜お気に入りの

ペンダントトップを作ろう!〜

世界で一つだけのオリジナルペンダントトップを作りましょう!

日時 1月28日(金)

●午後1時〜2時15分

●午後2時30分〜3時45分

定員 各8人(先着順)

講師 谷口美智子さん(グルーデコ協会認定講師)

材料費 1,800円(チエーン代含む)

※土台とチエーンの色

(シルバー

or ゴールド)、大き

なモチーフ

(ハート or

花)、全4

種類の中から好きなものを選んでください。

持ち物 筆記用具、眼鏡(必要な人)、持ち帰り用容器(ペンダントトップ(縦約2.3cm×横3cm×高さ約0.8cm)の表面に触れずに持ち帰れるもの)

申込 1月6日(木)以降に電話、F



▲花

▲ハート

文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

AXで。材料費の納入・キャンセルは1月18日(火)まで

※一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に

■アンガーマネジメント(子育て編)

〜怒ったっていいんだよ〜

日々の子育てに生かせるように即実践できるアンガーマネジメントのテクニックをお伝えします。

開催日・内容(全3回)

●2月3日(木)・「怒りは何のためにあるの?」

●2月10日(木)・「怒りを上手に伝えよう」

●2月17日(木)・「子どもとの適切な関わり方と叱り方」

時間 午前10時〜正午

対象 子育て中の人

※全回受講できる人優先

定員 15人(先着順)

講師 尾崎沙千さん(一社)日本アンガーマネジメント協会ファシリテーター)

資料代 100円

持ち物 筆記用具、飲料水

申込 1月12日(木)以降に電話、F

AXで



■暮らしやすい収納の工夫

〜時短家事を目指す、

キッチンとリビングの工夫〜

暮らしやすい収納とは、今、使うものが取り出しやすくなっている状態のこと。当たり前のように、実はモノが整理できていなくて使

いづらい収納になっているおうちが多いです。そこで、一度おうち

の中の荷物を見直して、スッキリ

暮らしやすい生活に変えるための

ノウハウを学びましょう。

日時 2月8日(火)午前10時〜正午

定員 18人(先着順)

講師 北林敦子さん

(my life * BOX主宰)

持ち物 筆記用具

申込 1月13日(木)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

資料代 100円

持ち物 筆記用具、飲料水

申込 1月12日(木)以降に電話、F

AXで



のナッツ類とデーツを使って、食べれば食べるほど身体の中から綺麗になれる酵素スイーツを作りま

す。色を付けている野菜パウダー

は国産野菜100%の無添加粉末

を使用しています。試食せずに全

て持ち帰ります。

日時 2月10日(木)

午後1時30分〜3時

定員 10人(先着順)

講師 Sayumiさん

(一社)酵素フード協会認定講師

材料費 1,000円

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、ふきん2枚、飲料水、筆記用具、持ち帰り用容器(16cm×12cm

以上の大きさ)

申込 1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3日(木)まで

※一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に

資料代 100円

持ち物 筆記用具、シューズが終

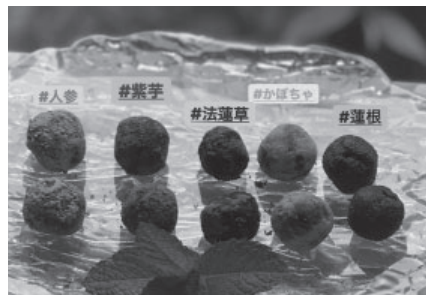
わって片付けるマフラーやセーター、カーディガンなど(コート

不可)を1枚、飲料水

申込 1月14日(金)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



■お洗濯講座(衣替え編)

〜次シーズンにがっかりしない衣替え時のお洗濯の仕方&衣類の片付け方のひと手間をお教えします〜

いつもの「衣替え」ちゃんとして

来ていますか?片付ける前の衣類

の洗濯の仕方や衣類を保管するこ

つなどを伝授します。

日時 2月18日(金)午前10時〜正午

定員 16人(先着順)

講師 松林真奈美さん(カラーコ

ンサルタント&繊維加工、洗浄ア

ドバイザー)

資料代 100円

持ち物 筆記用具、シューズが終

わって片付けるマフラーやセーター、カーディガンなど(コート

不可)を1枚、飲料水

申込 1月14日(金)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

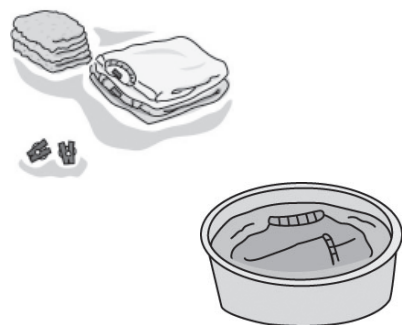
資料代 100円

持ち物 筆記用具、飲料水

申込 1月12日(木)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



文化・教養 (つぎ)

長南公民館

☎ 465・0786
Fax 465・1103

■発酵食料理講座

～春恋～

バレンタイン醸しプレート～

日時 1月22日(出)

午前10時～午後1時

メニュー ハートの糎チキンハンバーグ、黒米ハートライス、カリフラワーの塩麴サラダ、青菜の潤い味噌和え、魚介の恋味スープ

対象 16歳以上

定員 8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5日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは1月15日(出)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～

「火を使わないキャンドル」と言われ、ほんのりと良い香りが楽しめます。インテリアに最適で、消臭、殺菌、空气清新効果も期待できます。

日時 1月28日(金)午前10時～正午

対象 16歳以上

定員 12人(先着順)

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

材料費 1,000円

申込 1月6日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは1月21日(金)まで



■クラフトバンドでオシャレなバッグ作り

針や糸を使わずに、環境にやさしいリサイクル素材のクラフトバンドで作ります。

日時 1月29日(土)、2月5日(出)

午後1時～4時(全2回)

対象 16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 相川令子さん(一社) 日本紙バンドクリエイターズ協会(講師)

材料費 1,000円

持ち物 はさみ、木工用バンド、目打ちまたはマイナスドライバー、30cmものさし、メジャー、洗濯ばさみ20個、ウェットティッシュ

申込 1月5日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは1月18日(水)まで



北部市民交流センター本館・北部公民館

☎ 464・5725
Fax 469・2284

■七宝巻き寿司

～今年の節分はデコ巻き寿司で

福を呼び込もう！～

テーブルを華やかに彩り、おもてなしやお弁当にも喜ばれるデコ巻き寿司を学び福を呼び込みましょう！

日時 1月28日(金)

午後1時30分～3時

対象 16歳以上
定員 8人(先着順)

講師 うず まきこさん(デコ巻き寿司マイスターインストラクター)

受講料 1,500円(材料費含む)

持ち物 エプロン、マスク、三角巾、タオル、ふきん、ラップ、持ち帰り用袋、筆記用具、手袋(必要なし)

申込 1月7日(金)以降に電話、FAXでの仮申し込み可。キャンセルは1月20日(水)まで



■八種のスパイスをブレンドして、オリジナルのカレースパイスを作ろう！

長年にわたり研究し、スパイスを知りつくしたエキスパートがノウハウを伝授します。自分でブレンドしたオリジナルスパイスを持ち帰っていただきます。スパイスを使ったスペシャルカレーの試食もあります。

日時 1月31日(月)

午後1時～3時30分

対象 16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 島岡祐輔さん(キャニオンスパイス営業担当)

受講料 500円(材料費含む)
持ち物 タオル、ふきん、エプロン

ン、マスク、筆記用具、持ち帰り用袋

申込 1月7日(金)以降に電話、FAXでの仮申し込み可。受講料の納入・キャンセルは1月25日(水)まで

レイクアルスタープラザ・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～天狗の隠れみのほか」

日時 1月8日(出)午後2時～

(開場：午後1時45分)

上映時間 69分

定員 30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。

■カレン先生の英語でおはなし会

0歳から楽しめる英語のおはなし会です。絵本や手遊びを通じてお子さんと一緒に英語を楽しみましょう！

日時 1月12日(水)

午前11時～11時30分

定員 10組(先着順)

講師 塩田カレンさん、塩田和明さん(カレン先生合同会社)

※申込不要。講師の都合により日本語のおはなし会を行なう場合があります。

文化・教養 (こども)

日根野公民館

☎45003900
Fax 46800011

■ゴスペルと

BIG MAMAと呼ばれた女たち
アメリカの黒人公民権運動で縁の下の力となっていた「強い女たち」BIG MAMAをゴスペル音楽とともにお伝えします。

日時 1月29日(出)

午後1時30分～3時

対象 中学生以上

定員 30人(先着順)

講師 Emma Burnsさん(ゴスペルシンガー)

申込 1月7日(金)以降に電話、FAXで

※受講無料

■色福

色の力で幸福に！何げない毎日の衣食住に色を取り入れ心も身体も元気になろう！

日時 2月4日(金)午前10時～正午

対象 16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 道井依里さん(トータルカラーアドバイザー)

資料代 200円

持ち物 筆記用具、飲料水

申込 1月12日(水)以降に電話、FAXで

文化・教養 健康

■友禅染(型友禅) 体験講座

お気に入りの型紙を選んでもらい、Tシャツやかばん、洋服などに友禅染のうち、型友禅染を体験します。

日時 2月18日(金)午後1時～3時

対象 16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 菊 桂子さん(新日本和装協会認定・手描き友禅講師)

材料費 500円

持ち物 染めたい物(Tシャツやかばん、洋服など)、筆記用具、飲料水

申込 1月18日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月10日(木)まで

各種文化・教養

■癒されWeek

開催日(1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

時間

①午前10時30分～午後0時30分

②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 太田知佳子さん

(アトリエフルール)

受講料

①②各2,500円(材料費含む)

福祉 歴史

■陶芸で

おひなさまの飾りを作ろう！
お皿、お椀なども作れます。

日時 1月22日(出)午後2時～4時

場所 らいふらいんぷらざ いずみさの2階

対象 小・中学生と保護者

※子どもだけの参加可。大人のみ参加不可。見学もできません。

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(金)以降に電話で申込専用番号(☎4494760)へ。材料費の納入・キャンセルは1月20日(木)まで

問合せ先 南部市民交流センター青少年センター(☎4661745 Fax 4661779)

その他

■陶芸で

カワサキ生涯学習センター
定員 12人(先着順)
講師 吉田厚子さん(エアロビクスインストラクター)

持ち物 タオル、飲料水、ヨガマットまたは大き目のバスタオル

※服装は動きやすいもので

申込 電話、FAXで

※受講無料

※受講無料

■男性向けヨガ教室 Part2

メンズヨガ(初級編)
〜カラダとココロを癒しましょう！〜

全く初めての人、身体が硬い人でも大丈夫です！整体ヨガで骨盤や背骨を正しい位置にもどして身体の歪みを整え、カラダもココロも癒されませんか。日頃の運動不足も簡単に解消できます。

日時 2月10日(木)・24日(木)

午前10時～正午(全2回)

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 男性

定員 6人(先着順)

講師 丸橋温恵さん(日本総合ヨガ普及協会 指導師)

持ち物 タオル、飲料水、ヨガマットまたはバスタオル

※服装は運動のできるもので

申込 1月7日(金)以降に電話、FAXで

※受講無料

※受講無料

※受講無料

※受講無料

※受講無料

※受講無料

※受講無料

※受講無料



健康

いずみさの女性センター

☎46997125

■楽しくカラダを動かそう！

〜気分もスッキリ、

ストレス解消！〜

無理なく、自分のペースでストレッチ運動や曲に合わせて簡単な有酸素運動をします。参加してみませんか？

日時 1月25日(火)午後1時～3時

健康 (こころ)

健康推進課

☎463・1212
Fax 464・9314

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24日(月)
午前9時30分～10時30分

※雨天中止

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



ミニ健康フェスタ

「免疫力アップ！」

の秘訣を見つけよう

「血管からわかる体の本音」

(健康マイレージ対象)

気軽に参加して、今年の健康づくりをスタートさせましょう。

日時 2月3日(木)

午前9時30分～午後1時

場所 市役所1階市民ロビー

内容

●血管年齢測定(先着50人・申込不要)

●管理栄養士、歯科衛生士、保健師、看護師による健康相談

●健康づくりお役立ち情報展示

●健康ボランティア活動紹介

※参加無料。先着順で粗品進呈

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20日(日)

午後1時～4時

(受付：午後0時45分～)

場所 健診センター

定員 8組(先着順)

持ち物 母子健康手帳、飲料水、タオル、筆記用具

申込 2月18日(金)までに電話で健康推進課へ

※受講無料



各種健康

地域健康教室

「いつまでも若く健康でいるために！」

「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！」

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。

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。

開催日・場所・定員(先着順)

●1月13日(日) 午後2時10分～

なごみ湯(笠松1丁目3番23号)・20人

●1月20日(日) 午後2時30分～

羽倉崎温泉(東羽倉崎町6番10号)・20人

※各10分前より受付

テーマ 健康増進のための食事

「野菜いっぱい簡単調理法」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

問合先 地域共生推進課

※申込不要、参加無料

(一社)らふ主催 市民講座

最近の乳がん治療&遺伝性乳がん卵巣がん症候群についてのざっくばらんなお話です。

日時 1月22日(日) 午後1時～3時

(受付：午後0時30分～)

※午前11時～ウィッグ・乳がん用下着の展示・相談ブースオープン

場所 エブノ泉の森

レセプションホール

定員 50人(先着順)

講師 位藤俊一さん(近畿大学医学部乳腺内分分泌外科准教授)

申込・問合先 電話、eメールで

(一社)らふ(☎468・8395 eメール：info@laugh-sensyu.org)へ

※受講無料



健康サポート教室

「ザ・体幹エクササイズ」

(健康マイレージ対象)

体の幹となるお腹・背中・脇腹の筋肉を鍛えて若返りしませんか？筋力はいくつからでもつけられます。

日時 1月24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

※服装・靴は動きやすいもので

場所・申込・問合先 1月5日(日) 午前9時以降に本人が電話で南部

市民交流センター本館(☎466・1641 Fax 466・4744)へ
※受講無料



「おやこヨガ」

パパ・ママとお子さんの健康づくりにも！スキニップにヨガを取り入れて、心も体もリフレッシュ＆リラックス！

開催日 1月26日(日)

内容・時間・対象

●なでなでヨガ・午前10時～10時45分・午後5時～6カ月の赤ちゃん

り期～はいはい期の乳児と保護者

●まねまねヨガ・午前11時15分～正午・よちよち期～2歳の乳幼児と保護者

定員 各6組(先着順)

講師 井上照子さん(こどもヨガ指導士)

持ち物 バスタオル、飲料水

※服装は動きやすいもので

場所・申込・問合先

1月12日(日) 午前9時30分以降

に電話でレイクアルスタープラザ・カワサキ中央図書館(☎469・7130)へ

※参加無料

※参加無料

※参加無料

※参加無料

※参加無料

健康(こころ)

■「ひざの痛み予防」講座

簡単セルフケアで、ひざの痛みを予防・改善！今日からできる体操もご紹介します。

日時 1月28日(金)

午後1時～2時30分

対象 16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 立花 翔さん(佐野記念病院リハビリテーション部 理学療法士)

持ち物 筆記用具

場所・申込・問合せ 1月6日(木)以降に電話、FAXで日根野公民館(☎450・3900 Fax468・0011)へ

※受講無料

■デトックスヨガ

日時 1月30日(日)

午後1時～2時30分

対象 16歳以上

定員 12人(先着順)

講師 新谷友子さん(ヨガインストラクター)

持ち物 ヨガマットまたは大きめのバスタオル、タオル、飲料水、マスク、ひざ掛け

※服装は動きやすいもので

場所・申込・問合せ 1月6日(木)以降に電話、FAXで長南公民館(☎465・0786 Fax465・1103)へ。キャンセルは1月25

日(火)まで

※受講無料

■生活習慣病とその予防

健康を守る生活習慣づくりの大切さをもう一度見直しましょう。骨密度測定も実施します。

日時 2月1日(火)

午後1時30分～3時

対象 16歳以上

定員 12人(先着順)

講師 戸川真早美さん(近畿中央ヤクルト販売所)

場所・申込・問合せ 1月7日(金)以降に電話、FAXで佐野公民館(☎463・6181 Fax469・2243)へ。キャンセルは1月27日(木)まで

※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)

●木曜コース 2月3日～3月10日

●金曜コース 2月4日～3月11日

時間 午前11時～正午

※集合時間は午前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620円

申込・問合せ 1月7日(金)～21日(金)に本人が国保年金課または健康増進センター(☎469・1000)へ

地域子育て支援センター



福祉

地域子育て支援センター

つくしんぼ

☎4699・0660

Fax4699・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をしてみませんか？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13日(木)午前10時～11時

場所 次世代育成地域交流センター

定員 10人(先着順)

講師 子育て支援センターつくしんぼ職員

申込 1月11日(火)までに直接または電話で

※受講無料

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620円

申込・問合せ 1月7日(金)～21日(金)に本人が国保年金課または健康増進センター(☎469・1000)へ

地域子育て支援センター

つくしんぼ

☎4699・0660

Fax4699・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をしてみませんか？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13日(木)午前10時～11時

場所 次世代育成地域交流センター

定員 10人(先着順)

講師 子育て支援センターつくしんぼ職員

申込 1月11日(火)までに直接または電話で

※受講無料

文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

■つくしんぼ子育て講座

「罰、指示、命令、ご褒美に頼らない子育て」

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3日(木)午前10時～11時

場所 子育て支援センターつくしんぼ

定員 7組(先着順)

講師 地頭所孝子さん(育ちあい研究所 所長)

申込 1月4日(火)以降の午前9時～午後4時に直接または電話で

※受講無料。一時保育はありません、お子さんと一緒に受講してください。

日時 2月4日(金)

午前10時30分～11時15分

場所 レイファルスタプラザ・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

定員 15組(先着順)

申込 前日までの午前9時～午後4時に直接または電話で

※受講無料

■つくしんぼ子育て講座

「卒乳・断乳・授乳の悩み」

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8日(火)

午後1時30分～2時15分

場所 子育て支援センターつくしんぼ

定員 7組(先着順)

講師 北 美智代さん(きた助産所 助産師)

申込 1月11日(火)までに直接または電話で

※受講無料。一時保育はありません、お子さんと一緒に受講してください。

日時 2月22日(火)午前10時～11時

場所 子育て支援センターつくしんぼ

対象 おひさまクラブに参加していない2歳～就学前の親子

定員 16組(先着順)

申込 前日までの午前9時～午後4時に直接または電話で



■プレおひさまにこにこクラブ

親子でいろいろな遊びをして交流しましょう。

日時 2月22日(火)午前10時～11時

場所 子育て支援センターつくしんぼ

対象 おひさまクラブに参加していない2歳～就学前の親子

定員 16組(先着順)

申込 前日までの午前9時～午後4時に直接または電話で

※受講無料

※各施設の受付時間は、23ページをご覧ください。

福祉(つづき)

各種福祉

■認知症カフェ

「オレンジカフェつむぐ」

地域の集い・ふれあいの場所です。介護・終活相談もできます。

日時 1月9日(日)

午前10時～午後1時

内容 本格カフェ、健康体操

場所・問合せ オレンジホール

(羽倉崎3丁目10番32号 ☎477・8059)

※申込不要、参加無料。ドリンク400円、モーニング450円を提供します。車椅子可

「よりみちカフェ」

認知症があってもなくても、誰もが安心して過ごせる居場所です。ほっと一息しながら、まずは気軽に話してみませんか？介護や健康に携わるスタッフがお待ちしています。

日時 1月20日(木)午後2時～4時

場所 コーポ泉佐野店2階集会所

問合せ 家治(☎090・3873・1769)

※申込不要、参加無料。コーヒー・紅茶などを100円で提供します。



■介護支援サポーター養成講座

自らの生きがい・健康づくりを行いながら、地域社会で活動する方法を学びませんか？

講座を受講した人は、介護支援サポーターとして、市内の介護施設などで話や趣味の相手、レクリエーション・行事の手伝いなどの活動を行い、地域社会に貢献していただきます。

この活動には「さのぼ」ポイントが受け取れます。1回100ポイント(100円)が付与されます。

※1年間で上限5,000ポイント

日時 1月26日(火)

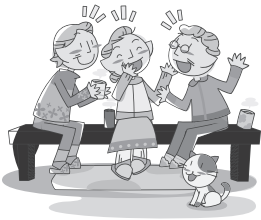
午後1時30分～3時30分

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 1月24日(月)までに基幹包括支援センターいずみさの(☎464・2977 Fax462・5400)へ



■ボランティアのつどい

ボランティアに興味のある人は気軽に参加してください。

日時 1月26日(火)

午後1時30分～3時

場所 社会福祉センター

問合せ 泉佐野市社会福祉協議会

ボランティアセンター(☎464・2259)

※申込不要。ボランティアセンターの開館時間は平日午前9時～午後5時です。初めての人は事前に問い合わせてください。



■社会福祉センター指定管理事業

「ふれあい交流会」

日時 2月8日(水)

午後1時30分～

(開場：1時15分)

場所 社会福祉センター

内容 防災講習会

「災害に対する家庭での備え」これだけは準備しておこう！(45分) 台風などの災害に対し手軽に揃えられる防災グッズの紹介など

●基幹包括支援センター 「自分らしく生きる」ことを実現

するために、私の生き方ノートについて(25分)

元気なうちから自らが希望する医療や介護について考え、身近な人と話し合うために。

対象 60歳以上の市内在住者

定員 40人(先着順)

主催 泉佐野市社会福祉協議会

申込・問合せ 1月11日(火)午前9時以降に社会福祉センター(☎464・2563)へ

※参加無料。防災ミニグッズの無料配布あり。中止の場合あり、泉佐野市社会福祉協議会のホームページをご確認ください。

■わたぼうし子育て講座

「絵本の読み聞かせ」

子どもに人気の絵本の数々を紹介する中で、お気に入りの1冊に出会えるかもしれません。

日時 2月22日(火)

午後1時30分～2時15分

定員 8組(先着順)

講師 ルピナス(おはなし会ボランティアサークル)

場所・申込・問合せ 1月24日(月)以降の月・火・木・金曜日の午前9時～午後4時に直接または電話で子育て支援センター分館わたぼうし(☎Fax447・6223)へ

※受講無料。一時保育はありません、お子さんと一緒に参加してください。

■「ロコトレ教室」に参加しませんか？

「ロコトレ教室」は筋力低下などが原因にある日常生活での困りごとを、理学療法士による短期間(3～6カ月)のトレーニングによって解決し、自立した生活を送るための教室です。

卒業後は地域の活動などを紹介し、運動を継続できるようサポートします。

(例)参加者Aさん：足を骨折した後、体力が落ちてロコトレ教室に参加しました。教室卒業後は自転車にも乗れるようになりました。今は地域の体操教室に参加して運動を続けています。

対象 市内在住の65歳以上の要支援1、要支援2、事業対象者の人

申込 担当ケアマネジャーを通じて、近くの地域型包括支援センターへ

問合せ 地域共生推進課



歴史

歴史館いずみさの
レイクアルスタープラザ・カワサキ

〒469-7140
〒469-7141
Fax 469-7141

■歴史学講座文化史編

「貴族社会と文化・信仰」

第6回「雨乞信仰と宗教者①」

現在と違い、水の確保が容易ではなかった中近世の人々は、水の信仰と雨乞祈禱を何より大事にしてきました。日本における雨乞信仰とはどんなものだったのか、どんな人物が行ってきたのか、民衆や貴族の雨乞信仰について考えます。

日時 1月12日(水)・15日(土)

午後1時30分～3時30分

(受付：午後1時～)

講師 細田慈人(学芸員)

定員 30人(先着順)

申込 12月21日(火)以降に電話または直接

※受講無料



■冬季企画展

「むかしなつかし昭和のくらし」

日本がめざましい成長を遂げた昭和30～40年代を象徴する生活用品や文化、街の活況を伝える資料を中心に展示し、平成・令和につながる私たちのくらしを振り返ります。

日時 1月15日(土)～3月21日(祝)

午前9時～午後5時

※入館は午後4時30分まで。入館無料。月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)、毎月最終木曜日(祝日の場合は翌日除く)は休館

■冬季企画展関連イベント

「子どもギャラリートーク」

展示品を中心に子どもたちの知らない昭和のくらしについて話し、暮らしの変化を一緒に学びます。

開催日 1月29日(土)

対象 小学生(大人も歓迎)

「おとなギャラリートーク」

展示品を中心に昭和の暮らしを回想し、暮らしの変化や地域の歴史を一緒に振り返ります。

開催日 1月30日(日)、2月6日(日)

対象 大人(小学生も歓迎)

いずれも

時間 午後3時～3時30分

講師 大松さやか(学芸員)

※申込不要、参加無料

■歴史館 昭和歌謡祭

特別展示室内で昭和のレコードを再生します。

開催日 1月16日(日)・26日(水)、2月3日(木)

時間

●午前11時～11時30分

●午後3時～3時30分

※申込不要、参加無料

■れきし館ワークショップ

「書初め企画」

デザイン書道をしよう！
筆で文字をデザインします。希望者には作品をストラップにしてプレゼント！

日時 1月22日(土)

午後2時～3時30分

(受付：午後1時45分～)

※申込不要、参加無料

■昔の遊びをしよう！

日時 2月5日(土)

午後2時～3時30分

(最終受付：午後3時)

※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
Fax 469-5673

■新川家教室

●木彫教室：1月14日(金) 午前10時～

●謡曲・仕舞：1月18日(火) 午後1時～

●フルート教室：1月20日(木) 午後1時～

●着付教室：1月20日(木) 午後1時～

申込 開催日の3日前まで

午後1時～



■恒例朝市

日時 1月15日(土)

午前9時～11時

※申込不要、参加無料

■ふろしき手づくりマーケット

日時 1月15日(土)

午前10時～午後3時

※申込不要、参加無料

■新春浮世絵展

日時 1月16日(日)～30日(日)

午前10時～午後3時

入場料 200円

※申込不要

その他イベント

■講演会「世界を知ろう」

～熊本地震から学ぶ～

国際交流協会の役割

南海トラフ地震がくるといわれている昨今、災害が起きたときに、この地域に暮らす外国人のために出来ることを一緒に学びませんか。

Zoomによるオンライン開催です。(後日、参加方法を連絡します)

※ライブビューイング会場(南都市民交流センター内)でも、配信をご覧いただけます。

日時 1月15日(土)

午前10時30分～正午

定員 30人(先着順)

講師 八木浩光さん(熊本市国際交流振興事業団 事務局長)

申込・問合先 1月7日(金)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 429-9742 eメール: ica@ica.br.jp) <

※参加無料



その他 (つづき)

■泉佐野観光ボランティア協会企画
画てくてくツアー

「中世の山城」

土丸・雨山城址へ登ろう

「日根荘大木の農村風景や

大阪湾の眺望を楽しむ」

日時 1月23日(日)

午前9時40分～午後2時20分

※雨天または降水確率50%以上で

中止

集合場所 土丸バス停

解散場所 土丸春日神社前

コース 集合→土丸春日神社→土丸

丸登山口→土丸城址→月見亭→雨

山城址(昼食)→馬場跡→雨山登

山口→解散(約8km)

定員 50人(先着順)

参加費 大人300円(小学生以

下100円、傷害保険料、資料代

含む)

持ち物 弁当、飲料水、雨具、敷

き物

申込・問合せ先 1月20日(木)までの

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: sa

nonoeeemon@rinku.zaq. net.jp) <

※催行確認は当日午前7時以降に

緊急連絡先(☎0800・3849・

3601) >

■泉佐野丘陵緑地

「冬の野鳥や園内の自然を

観察しよう」

冬は木の葉が落ちるため、バー

ドウォッチングに最適な季節で

す。専門家の講師が水鳥などの見

分け方を教えてくれます。泉佐野

丘陵緑地のボランティア「パーク

クラブ」と一緒に冬の公園を楽し

みませんか。

日時 1月23日(日)午後1時～3時

※雨天決行

場所 泉佐野丘陵緑地

(上之郷90番地)

※無料駐車場あり

対象 小学生以上

※園内を2時間程度歩くこと

定員 20人(先着順)

持ち物 防寒具、筆記用具、あれ

ば双眼鏡・図鑑(鳥・植物など)、

飲料水

※パークセンター内に自動販売機

あり。服装・靴は長袖・長ズボン・

履きなれた運動靴で

申込・問合せ先 1月13日(木)正午

までの毎週月曜日(月曜日が祝日

の場合は次の平日) 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) >

※参加無料。中止やプログラム

内容を変更する場合があります。

詳しくはホームページ(http:// izumisano-kyuryo.jp) をご覧

ください。

■泉佐野市出会いの機会創出事業

「海・山・空港のまち」トカイナ

カ「泉佐野で恋しよ! 『さの恋ブ

ロジェクト」

「泉佐野市の結婚支援イベント」

市主催の独身者限定イベントで

す。「出会いたい」気持ちをシン

プルに叶える出会いの場を提供し

ます。

海と山に囲まれ自然豊かで都会

へのアクセスも抜群。そんないい

とこ取りの街・泉佐野で素敵な出

会いを見つけてませんか?互いの趣

味・性格や価値観を知るオンライン

イベント、そしてゲストハウス

やキャンピングカーで地域の魅力

を体験しながらマッチングへ!

【オンラインイベント】

開催日・定員

●1月22日(出)・男女各15人

●1月29日(出)・男女各15人

時間 午後7時～9時

対象 泉佐野市に興味がある20～

39歳の独身男女

申込 Passmarket(https://pass

market.yahoo.co.jp/event/sho

w/detail/020kzi25wh121.html)

から(左のQRコードからも)

※参加無料



▲QRコード

【リアルイベント】

日時 2月27日(日)

午前9時30分～午後5時

集合場所 南海「泉佐野」駅

場所 泉佐野市内

内容

●ゲストハウス「さのさんち」で

の室内イベント

●キャンピングカーを用いたアウ

トドアイベント

定員 男女各8人(オンラインイ

ベント参加者の中から選考)

参加費 5,000円程度

いずれも

問合せ先 月～金曜日(祝日除く)

の午前10時～午後5時にres@nue

㈱東京本社(☎03・4405・4

631 eメール: info@nuevalue

co.jp) >



■NHK公開講演会

大阪中之島美術館開館記念

「超(スーパー)コレクション展

—99のものごたりに

大阪中之島美術館のオープニン

グ展(2月2日(水)～3月21日(祝)

の関連イベントです。展覧会の魅

力を出版作品を通じて解説しま

す。

日時 2月9日(水)

午後2時～3時30分

定員 80人(先着順)

講師 平井直子さん(大阪中之島

美術館 主任学芸員)

共催 NHK大阪放送局、泉佐野

市文化振興財団

場所・申込・問合せ先 1月5日(水)

以降に、直接またはFAX・ハガ

キ、eメールで、氏名、住所、電

話番号、参加人数を記入の上、〒

598・0005 泉佐野市市場東

1丁目295番地の1レイクラ

ルスタープラザ・カワサキ生涯学

習センター(☎469・7120

Fax 469・7121 eメール: shougaku@cf-izumisano.

o.jp) [NHK公開講演会] 係へ

※受講無料。1人で2人分まで申

込可。受付後に入場整理券を郵送

します。1月11日(水)以降に郵便で

申し込む場合の宛先の住所は「泉

佐野市市場東1丁目2番1号」に

なります。(3ページ参照)



▶佐伯祐三「郵便配達夫」
1928年(大阪中之島美術館蔵)