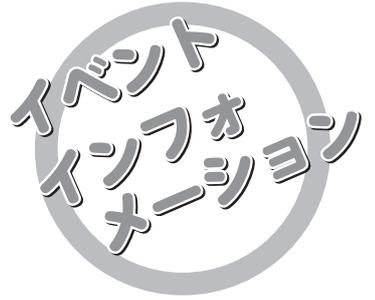




【受付時間】

- 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。

佐野公民館
☎4633-6181
Fax 4699-2243

文化・教養

■伝えたい日本の手仕事
心が醸す無添加の白味噌作り
～作る楽しみ！待つ楽しみ！～
世界にひとつの お味噌を作りましょう！

日時 2月22日(火)
午後1時30分～3時

対象 16歳以上

定員 10人（先着順）

講師 今口早織さん（発酵Lab
おつなぐ主宰 醸し人インストラ
クター）

材料費 1.5kg 1,500円

持ち物 エプロン、タオル、ふき
ん、三角巾、2リットルの味噌が
入る持ち帰り用容器

申込 2月8日(火)以降に電話、F
AXで。材料費の納入・キャンセ
ルは2月15日(火)まで



■パンづくり教室
さつくり・しっとり・ふんわり
な「ビターナッツデニッシュ」を
作ろう！他にお楽しみメニューも
あります。

日時 3月11日(金)
午前10時～午後1時

対象 16歳以上

定員 12人（先着順）

講師 木村明美さん（生涯学習ホ
ランテニア講師）

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

申込 2月10日(日)以降に電話、F
AXで。材料費の納入・キャンセ
ルは3月2日(火)まで

長南公民館
☎4655-0786
Fax 4655-1103

**■にやんにやんにやんの日に水引
で猫のチャームを作ろう**
昔から縁起物や魔除けとしての
役割を担ってきた水引。最近ではア
クセサリーやインテリア装飾など
に活用が広がっており、今回はマ
スクの欠かせないご時世に、気分



を明るくするマスクチャームにア
レンジします。

日時 2月22日(火)
午後1時30分～3時30分

対象 16歳以上

定員 12人（先着順）

講師 木村節子さん（水引細工作
家）

材料費 900円

持ち物 速乾性の透明ボンド、先
の細いはさみ、ラジオペンチ、干
枚通し（目打ち）、クリップまた
は洗濯ピンチ

申込 2月5日(出)以降に電話、F
AXで。材料費の納入・キャンセ
ルは2月15日(火)まで

**■手軽に作ろうヘルシーごはん
～食材をまんべんなく食べ、
免疫力を高めましょう～**

日時 2月27日(日)
午前10時～午後1時

メニュー 桜エビと塩こぶごはん、
シユーフアルシー（ホワイト
ソース添え）、切り干し大根サラ
ダ、抹茶ついろつ



**■買う前に楽しくわかる！
スマートフォン体験講座**

「興味があるけどよくわからない」「自分に必要？」などと思っ
ている人に電源の入れ方や画面の
動かし方など、買う前に知ってお
きたい事を紹介しながら体験して
いきます。受講者に1人1台貸出
します。

日時 3月3日(木)
午後1時～3時

対象 16歳以上

定員 12人（先着順）

講師 スマートフォンアドバイ
ザー

申込 2月8日(火)以降に電話、F
AXで。キャンセルは2月25日(金)
まで

※受講無料

対象 16歳以上
定員 8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(出)以降に電話、F
AXで。材料費の納入・キャンセ
ルは2月19日(出)まで

文化・教養(つぎ)

北部市民交流センター本館・
北部公民館

☎464・5725
Fax 469・2284

■こどもかきかた教室体験講座

楽しく字を書く基本を身につけながら、集中力も養えます。春から新しくはじまる教室の体験講座です。

日時 2月17日～3月17日の毎週木曜日

①午後4時30分～5時15分
②午後5時30分～6時30分

(全5回)

対象

①新1～3年生
②新4～6年生

定員 各10人(先着順)

講師 平島郁子さん(北部市民交流センター本館登録講師)

材料費 150円

持ち物 かきかたえんぴつ、けしゴム、習字道具(あれば)

※服装は汚れてもよいもので
申込 2月7日(月)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月15日(火)まで



■着物を自分で着てみよう!

簡単に手順良く着れるコツを学びます。ハレの日に着物で出かけませんか。

日時 2月22日～3月15日の毎週火曜日午後1時30分～3時30分

(全4回)

対象

16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 渡邊有子さん(さろん和楽)

受講料 800円

持ち物 着物、帯、長襦袢(半衿を忘れずに付けておいてください)、帯じめ、帯あげ、帯枕、前板、肌襦袢、裾除け(和装スリッパ可)、足袋、衿芯、伊達じめ2本、腰ひも4～5本、コーリンベルト(あれば)、タオル(補正用)4～5枚

申込 2月8日(火)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは2月17日(木)まで

■英語に触れてみよう

カナダ出身のネイティブ講師と楽しく英語に触れてみませんか。日本語も堪能なので、初心者の方も安心です。

日時 2月22日～3月22日の毎週火曜日午前10時～11時(全5回)

対象

16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 ジョン・ヴァデルナさん(北部市民交流センター本館登録講師)

■季節の発酵食料理講座

卒業や進級など新生活を迎える大切な人とのハレの日のメニューに、草木が芽吹くエネルギーや香りを発酵食にプラス!本格的な春に向け、気持ちも身体も整えましょう。

日時 2月25日(金)
午前10時～午後1時

対象

16歳以上

定員 8人(先着順)

講師 しばた ゆみこさん(実りの木)パンと発酵料理教室(主宰)

受講料 1,200円(材料費含む)

持ち物 エプロン、ふきん2枚(食器拭き用)、三角巾、マスク、筆記用具

申込 2月7日(月)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは2月17日(木)まで

■Let's Try English

日本語も話せる、カナダ出身のジョン先生と英会話を楽しもう。

日時 2月26日～3月26日の毎週土曜日午後3時～4時(全5回)

対象

8歳～12歳

定員 10人(先着順)

講師 ジョン・ヴァデルナさん(北部市民交流センター本館登録講師)

■神農の時代より生まれた中国茶を毎日の食卓に取り入れましょう!

中国の茶葉の歴史・効能などをお伝えし、茶法を学びましょう。茶の健康法が身につく、自宅に眠っている茶器の活用もできます。茶葉のお持ち帰り付。

日時 2月24日(木)
午後1時～4時

対象

16歳以上

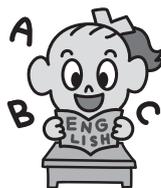
定員 12人(先着順)

講師 趙 大麗さん(中国語講師)

受講料 800円(材料費含む)

持ち物 エプロン、三角巾、タオル、ふきん、マスク、筆記用具

申込 2月10日(日)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは2月21日(月)まで



■着物を自分で着てみよう!

簡単に手順良く着れるコツを学びます。ハレの日に着物で出かけませんか。

日時 2月9日(水)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは2月22日(火)まで

対象

16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 西澤由美さん(北部市民交流センター本館登録講師)

受講料 2,200円(材料費含む)

持ち物 エプロン、ふきん2枚(食器拭き用)、三角巾、マスク、筆記用具

申込 2月10日(日)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは2月25日(金)まで

■淡水パールの3WAYチェーンネックレス&ピアス(イヤリング)アレンジ次第でいろいろ楽しめるネックレスと一粒ピアス(イヤリング)を作ります。

日時 3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 西澤由美さん(北部市民交流センター本館登録講師)

受講料 2,200円(材料費含む)



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

☎4699・7120
Fax 4699・7121

■タオルのフラワー体験講座

ステキなコサージュを作ろう！
地場産業の泉州タオルを使って
フラワーコサージュを作りませんか？
柔らかな風合いで装いのアクセントになります。

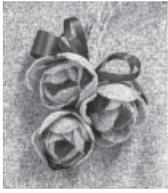
※サイズは縦約15cm、横約7cm、高さ約3.5cm。材料費納入時に4色(イエロー、ブラウン、パープル、グレー)の中から好きな色を選んでください。

日時 3月1日(火)
午前10時～正午

定員 12人(先着順)
講師 川口麗子さん
(花工房の主宰)

材料費 850円
持ち物 筆記用具、眼鏡(必要な人)、飲料水

申込 2月8日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月22日(火)まで
※一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に



文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

■春の和菓子講座

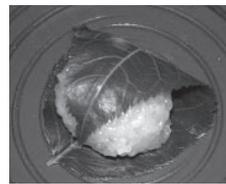
名物和菓子職人の手作り和菓子講座。一般講座は大人気桜餅と基本の練り切り和菓子を伝授してもらいます。

親子講座は好きなキャラクターなどを楽しく創作します。見て楽しい！食べて美味しい！世界にひとつだけのオリジナル和菓子を作りますよ！

日時 3月4日(金)
午前10時～午後0時30分

対象 16歳以上
定員 15人(先着順)

材料費 800円



■親子で創作練り切り和菓子

日時 3月6日(日)
午後1時30分～3時30分
対象 概ね5歳～小学6年生の子どもと保護者
定員 8組
材料費 1組
1,200円
(子ども1人追加+600円)



いずれも

講師 前田崇之さん(宝泉菓子舗3代目)

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、ふきん2枚、筆記用具、飲料水

申込 2月9日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月27日(日)まで

※一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に



クラブ員募集

「生け花倶楽部 華遊び」

お花の好きな人大歓迎！遊び心を楽しみませんか。

活動日時 第1・3水曜日

●午後1時～3時

●午後6時30分～8時30分

※活動時間に直接見学にお越しください。

「茶道 なごみ会」

一服の抹茶が心を和らげます。一緒に楽しみませんか。(裏千家)

活動日時 第2・4水曜日

●午後3時15分～5時15分

●午後6時～8時

※活動時間に直接見学にお越しください。

いずみさの女性センター

☎4699・7125
Fax 4699・7125

■親子クッキング

「手作りシュークリーム」

～お父さんの参加も大歓迎!!～

日時 2月20日(日)

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

対象 小学生と保護者

定員 5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 1組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(30cm×30cm×10cmぐらいの大きさ)

申込 2月1日(火) 午前9時以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは2月15日(火)まで

※食物アレルギーをお持ちの人には対応できませんのでご了承ください。

■男性向け料理教室

～小・中学生の参加も大歓迎!!ハンバーガーをつくってみよう!!～



初めての人でも簡単においしく作れるコツを教えてください。

ぜひ、参加してください。

日時 3月13日(日)

午前10時～午後1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

メニュー ハンバーガー、スープ、デザート

対象 男性(小学生以上)

定員 10人(先着順)

講師 神田貴子さん(女と男のクッキングナイト講師)

材料費 600円

持ち物 エプロン、ふきん2枚、バンダナ

申込 電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは3月5日(土)まで

※食物アレルギーをお持ちの人には対応できませんのでご了承ください。

※各施設の受付時間は、26ページをご覧ください。

文化・教養(つづき)

南部市民交流センター本館

☎4666・1641

Fax 4666・4744

■パパ・ママクッキング

「鮭の香りずしでひな祭り」

～おもてなし蒸し物も～

(健康マイレージ対象)

日時 2月22日(火)

午前10時～午後1時

メニュー 鮭の香りずし、信州蒸し、納豆汁、南京の炒め土佐煮、いちごのスノーゼリー

定員 8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、持ち帰り用容器

申込 2月1日(火)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2月15日(火)まで

※内容は予告なく変更する場合があります。

■手づくりお菓子の教室

～ドイツの伝統的郷土菓子～

「レーリユッケン」と他にもう一品作ります。

日時 3月7日(月)

午前10時～正午

定員 8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2枚、筆記用具、持ち帰り用容器(20cm角位)

申込 2月1日(火)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2月28日(月)まで

※内容は予告なく変更する場合があります。

日時 2月9日(火)

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。



レイクアルスタープラザ・カワサキ中央図書館

☎4699・7130

Fax 4699・7131

■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 2月9日(火)

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。

■土曜子どもシアター「しまじろうのわお！」

おはなし大特集

日時 2月12日(土)午後2時～

(開場：午後1時45分)

上映時間 70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。

午後6時～

「怪物はささやく」(日本語吹替)

日時 2月19日(土)

午後1時30分～

(開場：午後1時15分)

上映時間 109分

定員 30人(先着順)

※申込不要、入場無料。毎月第3土曜日に一般向け映画の上映を予定しています。

各種文化・教養

バレнтаインギフト・ミニドーナツ

日時 2月12日(土)

午後2時～3時30分

場所 南部市民交流センター本館

対象 小・中学生

定員 16人(先着順)

講師 森永直子さん

(bananashokuku)

材料費 3000円

申込 2月4日(金)以降に南部市民交流センター青少年センター申込専用電話番号(☎4499・4760)へ。材料費の納入・キャンセルは2月10日(木)まで

問合せ 南部市民交流センター青少年センター(☎4666・1745)

受講料 ①②各2,500円(材料費含む)

持ち物 はさみ、持ち帰り用袋

場所・申込・問合せ 開催日の3日前までに(一財)泉佐野みどり推進機構りんくう中央公園(☎4699・3332)へ

①②各2,500円(材料費含む)

持ち物 はさみ、持ち帰り用袋

場所・申込・問合せ 開催日の3日前までに(一財)泉佐野みどり推進機構りんくう中央公園(☎4699・3332)へ

受講料 ①②各2,500円(材料費含む)

持ち物 はさみ、持ち帰り用袋

場所・申込・問合せ 開催日の3日前までに(一財)泉佐野みどり推進機構りんくう中央公園(☎4699・3332)へ



■ウィズコロナ時代の「賢い家計運用術」

見直すべき支出や赤字を避けるための工夫について学びませんか!?

日時 3月4日(金)

午後1時30分～3時

対象 16歳以上

定員 30人(先着順)

講師 八束和音さん(大阪府金融広報委員会金融広報アドバイザー)

持ち物 筆記用具

場所・申込・問合せ 2月10日(木)以降に電話、FAXで日根野公民館(☎450・3900 Fax 4668・0011)へ

※受講無料

開催日(2月)

講座名

①15日(火) ハーバリウム

②19日(土) 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)

健康

健康推進課

☎463・1212
Fax 464・9314

ウォーキング会
ウォーキングで健康寿命を延ばしましょう！

(健康マイレージ対象)

日時 2月14日(月)
午前9時30分～10時30分

※雨天時は健診センター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



生活習慣病

■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25日(金)
午前10時～11時30分

文化・教養 健康

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すめたい運動や食事について

※会場での血圧値が最高180mmHgまたは最低100mmHg以上の人は、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7日(月)以降に電話で

※受講無料

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!!

(健康マイレージ対象)

日時 3月3日(木)
午後1時30分～3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

対象 市内在住者

定員 50人(先着順)

講師 中村 卓さん(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7日(月)以降に電話で

※受講無料

福祉 歴史

■特定健診結果の見方(予約制)
「医師から学ぼう！」

健康診断の結果の見方!!
誰でもできる生活習慣改善のポイントをお届けします!!

(健康マイレージ対象)

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?

そんな疑問に医師がお答えします。

日時 3月13日(日)
午前10時～正午

場所 エブノ泉の森レセプションホール

対象 市内在住者

定員 50人(先着順)

講師 岡田武夫さん(大阪がん循環器病予防センター 医師)

持ち物 健診の結果、健康手帳、健康マイレージカード(お持ちの人)

申込 2月7日(月)以降に電話で

※受講無料

その他

日根野公民館

☎450・3900
Fax 468・0011

■脳動脈瘤・頸動脈狭窄症

予防講座

発症原因と発見方法、
予防法について

日時 2月19日(土)
午後2時～3時

対象 16歳以上

定員 12人(先着順)

講師 天神博志さん(佐野記念病院 脳神経外科 脳血管センター長 医師)

持ち物 筆記用具

申込 2月5日(土)以降に電話、FAXで

※受講無料

■ピラティス体験講座
心と身体のバランスを整え、
柔軟な身体づくりを!

日時 2月22日(火)、3月1日(火) 午前10時30分～正午(全2回)

対象 16歳以上

定員 15人(先着順)

講師 福島りょうこさん(Charis Ballet Studio代表)

持ち物 ヨガマットまたは厚めで大きめのバスタオル、飲料水

※服装は運動しやすいもので

申込 2月8日(火)以降に電話、FAXで

※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)

●2月10日(木) 午後2時10分～

なごみ湯(笠松1丁目3番23号)・20人

●2月17日(木) 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 身体機能向上・転倒予防のための運動「今からでも遅くない筋力アップ術」 骨折しない!

カラダを作る!

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



健康(つぎ)

■ジャイロキネシス®

腰痛改善編

身体の土台となる骨盤。その機能をみることで腰痛が改善するかもしれません。

どのようにして腰痛が起こるのかを分析し一緒に改善していきましょう。

日時 2月18日(金)

午後3時30分～5時

対象 16歳以上

定員 15人(先着順)

講師 白井真優さん(ダンサー)

受講料 200円

持ち物 飲料水、タオル

※服装は動きやすいもので

場所・申込・問合せ 2月8日(火)

以降に電話、FAXで北部市民交

流センター本館(☎464・57

25 Fax469・2284)へ。受

講料の納入・キャンセルは2月17

日(木)まで



■リラクシングヨガ

ツボ押しを取り入れた準備運動

で身体をほぐし、大きく関節を動かしてリンパや血液の流れを促進させます。むくみ解消や免疫力アップにつながります。

日時 2月26日(日)

午前10時30分～正午

対象 16歳以上

定員 12人(先着順)

講師 須崎直子さん(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

※服装は運動のできるもので

場所・申込・問合せ 2月8日(火)

以降に電話、FAXで長南公民館

(☎465・0786 Fax465・1

103)へ。キャンセルは2月22

日(火)まで

※受講無料

■健康サポート教室

「スロージョギングとウォーキング

インターバルでもっと脂肪燃焼」

(健康マイレージ対象)

歩く速さでジョギングをすること

とで通常のウォーキングよりも脂肪

燃焼効果のあるスロージョギング

グ。ウォーキングと交互に行って

動く時間を延ばして汗をかきませ

んか?

日時 2月28日(月)

午前10時～11時

文化・教養

健康

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・問合せ 2月1日(火)

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 Fax466・4744)

※受講無料

■第15回ウォーキングチャレンジ

「ツール・ド・大阪 いずみさの

ウォーキングコースを歩こう」

日時 3月6日(日)

午前9時～正午

(受付：午前8時30分～)

※雨天中止。(小雨の場合はコー

スを変更して実施)

集合・解散場所 りんくうアイ

パーク(りんくう野外文化音楽堂

前)

※今回より集合場所が変わります

ので注意してください。



コース

●なみき通り・シーサイドコース

(4km)

●町屋館付近・つばさ通り・シー

サイドコース(6km)

●なみき通り・シーサイドコース

&町屋館付近・つばさ通りコース

(10km)

問合せ先 国保年金課

※申込不要、参加無料。先着15

0人に参加賞があります。



■アンコール企画

自律心体美ヨガストレッチ講座

「自律神経を整えて快適生活」

排泄機能を高め、自律神経を整

える独自のメソッドで、日々の緊

張を解きほぐして快適に過ごした

い人にお勧めのエクササイズで

す。足裏マッサージも含まれます。

日時 3月10日(木)

午後1時～2時30分

定員 20人(先着順)

講師 Rinaさん

(自律心体療法マスター)

持ち物 テニスボール、ヨガマッ

トまたは大判バスタオル、飲料水、

フェイスタオル、筆記用具

※裸足または5本指ソックスで手

技します。

場所・申込・問合せ 2月10日(木)

以降に電話、FAXでレイクアル

スタープラザ・カワサキ生涯学習

センター(☎469・7120 Fax

469・7121)へ

※受講無料。一時保育(若干名・

先着順)あり、希望者は申込時に



■自力整体を体験してみよう!

「自分で身体をゆつくり動かすこ

とで、凝りや歪みを調整し

ます」

日時 3月15日(火)

午前10時30分～11時45分

対象 16歳以上

定員 12人(先着順)

講師 M.I.K.I.さん(健康運動指

導士)

持ち物 ヨガマットまたは大きめ

のバスタオル

場所・申込・問合せ 2月12日(土)

以降に電話、FAXで佐野公民館

(☎463・6181 Fax469・2

243)へ。キャンセルは3月11

日(金)まで

※受講無料



福祉

地域子育て支援センター

つくしんぼ

☎ 4699・0660
Fax 4699・0670

■あそびの広場

～までまで遊び～

日時 3月4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

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

■産後ヨガ

産後の身体をゆったり動かしてリフレッシュしませんか？

日時 3月17日(木)

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 井上照子さん(こどもヨガ指導士)

申込 2月14日(月)以降の午前9時～午後4時に直接または電話で

※受講無料。一時保育は見合わせています。

文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

■プレおひさまにここクラブ

毎月第1水曜日に開催しています。3月は第4水曜日になります。親子でいろんな遊びをして交流しましょう。

※事業の関係で変更する場合あり

日時 3月23日(木)

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



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 2月13日(日)

午前10時～午後1時

内容 本格カフェ、プラブヨガ

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

【よしみちカフェ】

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 2月17日(木)午後2時～4時

場所 コープ泉佐野店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1000円で提供します。



■あなたに寄り添う

心配ごと相談出張相談

誰に相談していいかわからない、こんなことでも聞いてくれるかなど、どんなことでも気軽に相談してください！

※新型コロナウイルス感染症の状況により中止する場合あり

日時 2月15日(火)

●午前の部：午前10時30分～午後0時30分

●午後の部：午後1時30分～3時30分

場所 いこらも～る泉佐野 1階

特設会場(下瓦屋2丁目2番77号)

【定例相談(日時・場所)】

●第1・2・3・5月曜日 午後1時～3時30分

●第4月曜日 午後1時～3時30分

●第1・2・3・5月曜日 午後1時～3時30分



■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 2月22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。

■愛の献血

献血車が来ます。ご協力をお願いします。

日時 3月6日(日)

午前10時～午後4時

場所 いこらも～る泉佐野

(下瓦屋2丁目2番77号)

問合せ 地域共生推進課



■わたぼうし子育て講座

「人形劇三びきのごぶた」

日時 3月7日(月)

午前10時30分～11時15分

定員 8組(先着順)

出演 ひまわり

場所・申込・問合せ 2月7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

で地域子育て支援センター分館わ

たぼうし(☎・Fax 447・6223)へ

※受講無料。お子さんと一緒に参加してください。



歴史

レイカールスタープラザ・カワサキ
歴史館いずみさの
☎4699・71140
Fax 4699・71141

■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。

期間 3月21日(祝)まで

午後9時〜午後5時
※最終入館は午後4時30分

休館日 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)
※入館無料

■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 2月3日(木)・18日(金)・23日(祝)、3月4日(祝)

時間

●午前11時〜11時30分
●午後3時〜3時30分

定員 各20人

※参加無料

■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。

日時 2月6日(日)・27日(日)

午後3時〜3時30分

対象 大人(小学生も歓迎)

定員 20人(先着順)

講師 大松さやか(学芸員)

※申込不要、参加無料

■こどもギャラリートーク

展示品を中心にこどもの知らない昭和のくらしについてお話しし、暮らしの変化を一緒に学びます。

日時 2月12日(土)、3月6日(日)

午後3時〜3時30分

対象 小学生(大人も歓迎)

定員 20人(先着順)

講師 大松さやか(学芸員)

※申込不要、参加無料

■歴史学講座文化史編

「貴族社会と文化・信仰」
第7回に引き続き雨乞信仰に注目し、どのような人がどんな神仏を祀り、どんな雨乞を行ったのかについてお話しします。今回は民衆の雨乞について取り上げます。

日時 3月9日(水)・12日(土)

午後1時30分〜3時30分

定員 各30人(先着順)

(受付：午後1時〜)

※参加無料

講師 細田慈人(学芸員)

申込 2月22日(火)以降に電話または直接

※参加無料

日時 3月5日(日)

午後2時〜3時30分

定員 20人(先着順)

※参加無料

「ホーロー看板風」

「バッチをつくる」

日時 3月5日(日)

午後2時〜3時30分

定員 20人(先着順)

申込 2月22日(火)以降に電話または直接

※参加無料

■新川家教室

木彫教室：2月11日(祝) 午前10時〜

謡曲・仕舞：2月15日(火) 午後1時〜

フルート教室：2月17日(木) 午後1時〜

着付教室：2月17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19日(土)

午前9時〜正午

子ども餅つき大会

日時 3月6日(日)

午前11時〜

参加費 1人100円

※なくなり次第終了

各種歴史

■泉佐野と新田開発

江戸時代になると年貢増産を目的とした新田開発が加速します。特に現在の大阪市にあたる大坂三郷は大坂近辺の外周に新田を開くようになります。この動きは大坂だけでなく泉州にもおよび、泉佐野でも開発が行われました。江戸時代の泉佐野で行われた開発と開発者についてお話しします。

日時 3月5日(日)

午後1時30分〜3時

対象 16歳以上

定員 20人(先着順)

講師 細田慈人さん(歴史館いずみさの学芸員)

場所・申込・問合先 2月9日(水)以降に電話、FAXで佐野公民館

(☎4633・6181 Fax 4699・2243)へ。キャンセルは3月2日(水)まで

※受講無料



▶摂州安治川
春日出新田掛屋敷図

歴史(つづき)

■造幣局出張講演会

「貨幣の歴史と創業150周年を迎えた造幣局」

造幣博物館に収蔵されている貨幣についての話やお金にまつわる話と150年前の創業当時の造幣局について、写真などを見ながらわかりやすく解説します。

日時 3月8日(火)

午前10時～正午

定員 16人(先着順)

講師

●西 正さん(元造幣博物館館長) ●澤崎 瞳さん(造幣博物館学芸員)

持ち物 筆記用具、飲料水

場所・申込・問合せ 2月15日(火)以降に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)へ

※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

■日本遺産「日根荘」講座 第1回「日本遺産日根荘の名前を全国区へ！」

日時 3月19日(土)

午前10時～11時30分

対象 16歳以上

定員 30人(先着順)

講師 中岡 勝さん(文化財保護課長)

持ち物 筆記用具

場所・申込・問合せ 2月15日(火)以降に電話、FAXで日根野公民館(〒450-3900 Fax 468

・001)へ

※受講無料

その他イベント

■泉佐野丘陵緑地

「ジャガイモの植付け体験」

泉佐野丘陵緑地のボランティア「パーククラブ」と一緒にジャガイモの植付け体験をしてみませんか。植付け体験に参加した人は6月ごろ実施予定の収穫体験に優先参加できます。

日時 2月19日(土)

午前10時～正午

※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

※小学生は要保護者同伴 定員 20人(先着順)

持ち物 軍手、飲料水

※パークセンター内に自動販売機あり。服装は長袖・長ズボン、靴は長靴または汚れてもいいもので 申込・問合せ 2月9日(火) 正午まで(月曜日除く)の午前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

※参加無料。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、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-kyuho.jp/>)をご覧ください。

■泉佐野観光ボランティア協会企画

「梅の花香る日根荘を歩く」

春の息吹を感じ古代史上のヒロイン衣通姫を偲ぶ

日時 2月26日(土)

午前9時40分～午後3時

※雨天決行

集合場所 南海バス「東上」バス停

解散場所 JR「日根野」駅

コース 集合→日根神社・慈眼院→ろじ深谷→泉佐野丘陵緑地(昼食)→意賀美神社→梅木の並木道→茅渚宮跡→正楽寺→北庄司酒造

解散(約7km)

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 2月23日(祝)までの午前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 Fax 415-1427 eメール: sanoneemon@rinkuzaq.ne.jp)へ。ホームページ(<https://www.izumisano-kanvora.com/>)の申込フォームからも申込できます。

※催行確認は当日午前7時以降に緊急連絡先(☎080-38849-3901)へ

■あつまれ☆さのキッズ！歌とピアノの

ファミリーコンサート クラシックから童謡・人気のアニメまで小さいお子さんから大人まで親子三代で楽しめるコンサート!!心に響く歌声のテノール歌手・佐々木涼輔さんと実力派ピアノ二スト・藤井夢音さんの共演による感動・夢いっぱい素敵なコンサートです!「生の音」の魅力!迫力!ドキドキわくわくの素敵な時間を過ごしましょう!この機会をお見逃しなく!!

日時 3月6日(日) 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 80人(先着順)

入場料 400円(1歳以下無料)

後援 泉佐野市教育委員会

チケット販売 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)

申込・問合せ 泉佐野おやこ劇場(☎ Fax 415-0222 eメール: izumisanooyako@rinkuzaq.ne.jp)へ



QRコード



■親子で楽しむ

ファミリーコンサート

子どもから大人まで、誰もが楽しめる時間を共有しませんか?

日時 3月19日(土)

午後2時～3時30分

対象 幼児以上

定員 50人(先着順)

出演 あまゆいずさん(元保育士デュオ)

場所・申込・問合せ 2月18日(金)以降に電話、FAXで日根野公民館(〒450-3900 Fax 468

・001)へ

※入場無料