



**【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。

**日時** 6月28日(火)  
午前10時30分～11時  
AXで

**対象** 乳幼児（0～5歳児）と保護者

**定員** 10組（先着順）

**講師** 日根野公民館 図書室スタッフ

**持ち物** 飲料水

■おはなし会（幼児向け）  
絵本の読み聞かせや手遊びなどをします！

※服装は動きやすいもので  
申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで  
※受講無料

■楽しいリズムミックスダンス  
音楽がいい感じでノリたい人音楽が好き、歌が好きならはぜひ参加してください。

**日時** 6月22日(水)・29日(水) 午前10時～11時30分（全2回）

**対象** 16歳以上

**定員** 15人（先着順）

**講師** 坂口 昇さん（公社）全日本ダンス協会連合会 認定ダンス教師

**持ち物** 飲料水、ダンスができる上靴

■スクラップブック講座  
「思い出」整理

蛇腹の飾れるミニアルバムを作り  
ます。スタンプやインクを使い、アレンジクワイアを  
気を出します。古い写真や思い出の  
写真を飾ってみませんか。

**日時** 6月30日(木) 午前10時～正午

**対象** 16歳以上

**定員** 10人（先着順）

**講師** 西納淳子さん（NPO法人スクラップブック協会 認定講師）

**材料費** 900円

**持ち物** L版サイズの写真を2～3枚、はさみ、固形のりまたはテープのり

**申込** 6月9日(木)以降に電話、FAXで

■浴衣の着こなし講座  
「夏祭りは浴衣姿で！」

**日時** 7月16日(土) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

■季節の発酵料理講座  
「真夏を愉しむ甘糍料理」

梅雨が明け本格的な夏が始まります。今回は発酵の力で暑い夏を疲れ知らずで乗り切るために中華風アレンジで食欲アップ！飲む点滴といわれる甘糍を調味料としてお料理に生かしましょう。

**日時** 6月25日(土) 午前10時～午後1時

**メニュー** 薬味たっぷり甘糍発酵春巻き、緑豆春雨とトマトの甘糍酸辣湯、梅干とハト麦の美人ご飯、甘糍ディップでいただくグリーン夏野菜のサラダ、豆腐の甘糍ワサビ和え

**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

■色えんぴつ画講座  
色えんぴつ画を簡単に描けるコツや、美しく表現する基本テクニックを学びましょう。（題材は講師が用意するお手本や造花・模型の果物の中から選択してください。塗り絵ではありません）

**日時** 7月5日(火) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

**定員** 12人（先着順）

**講師** 嶋口金治さん（JES色えんぴつ画協会主宰）

**材料費** 300円（画用紙・額縁含む）

**持ち物** 色えんぴつ（12色以上）

**申込** 6月10日(金)以降に電話、FAXで。キャンセルは6月28日(火)まで

申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで  
※受講無料

■スクラップブック講座  
「思い出」整理

蛇腹の飾れるミニアルバムを作り  
ます。スタンプやインクを使い、ア  
レンジクワイアを  
気を出します。古い写真や思い出の  
写真を飾ってみませんか。

**日時** 6月30日(木) 午前10時～正午

**対象** 16歳以上

**定員** 10人（先着順）

**講師** 西納淳子さん（NPO法人スクラップブック協会 認定講師）

**材料費** 900円

**持ち物** L版サイズの写真を2～3枚、はさみ、固形のりまたはテープのり

**申込** 6月9日(木)以降に電話、FAXで

■浴衣の着こなし講座  
「夏祭りは浴衣姿で！」

**日時** 7月16日(土) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

■季節の発酵料理講座  
「真夏を愉しむ甘糍料理」

梅雨が明け本格的な夏が始まります。今回は発酵の力で暑い夏を疲れ知らずで乗り切るために中華風アレンジで食欲アップ！飲む点滴といわれる甘糍を調味料としてお料理に生かしましょう。

**日時** 6月25日(土) 午前10時～午後1時

**メニュー** 薬味たっぷり甘糍発酵春巻き、緑豆春雨とトマトの甘糍酸辣湯、梅干とハト麦の美人ご飯、甘糍ディップでいただくグリーン夏野菜のサラダ、豆腐の甘糍ワサビ和え

**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

■色えんぴつ画講座  
色えんぴつ画を簡単に描けるコツや、美しく表現する基本テクニックを学びましょう。（題材は講師が用意するお手本や造花・模型の果物の中から選択してください。塗り絵ではありません）

**日時** 7月5日(火) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

**定員** 12人（先着順）

**講師** 嶋口金治さん（JES色えんぴつ画協会主宰）

**材料費** 300円（画用紙・額縁含む）

**持ち物** 色えんぴつ（12色以上）

**申込** 6月10日(金)以降に電話、FAXで。キャンセルは6月28日(火)まで

申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで  
※受講無料

■スクラップブック講座  
「思い出」整理

蛇腹の飾れるミニアルバムを作り  
ます。スタンプやインクを使い、ア  
レンジクワイアを  
気を出します。古い写真や思い出の  
写真を飾ってみませんか。

**日時** 6月30日(木) 午前10時～正午

**対象** 16歳以上

**定員** 10人（先着順）

**講師** 西納淳子さん（NPO法人スクラップブック協会 認定講師）

**材料費** 900円

**持ち物** L版サイズの写真を2～3枚、はさみ、固形のりまたはテープのり

**申込** 6月9日(木)以降に電話、FAXで

■浴衣の着こなし講座  
「夏祭りは浴衣姿で！」

**日時** 7月16日(土) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで  
※受講無料

申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで  
※受講無料

■スクラップブック講座  
「思い出」整理

蛇腹の飾れるミニアルバムを作り  
ます。スタンプやインクを使い、ア  
レンジクワイアを  
気を出します。古い写真や思い出の  
写真を飾ってみませんか。

**日時** 6月30日(木) 午前10時～正午

**対象** 16歳以上

**定員** 10人（先着順）

**講師** 西納淳子さん（NPO法人スクラップブック協会 認定講師）

**材料費** 900円

**持ち物** L版サイズの写真を2～3枚、はさみ、固形のりまたはテープのり

**申込** 6月9日(木)以降に電話、FAXで

■浴衣の着こなし講座  
「夏祭りは浴衣姿で！」

**日時** 7月16日(土) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

■季節の発酵料理講座  
「真夏を愉しむ甘糍料理」

梅雨が明け本格的な夏が始まります。今回は発酵の力で暑い夏を疲れ知らずで乗り切るために中華風アレンジで食欲アップ！飲む点滴といわれる甘糍を調味料としてお料理に生かしましょう。

**日時** 6月25日(土) 午前10時～午後1時

**メニュー** 薬味たっぷり甘糍発酵春巻き、緑豆春雨とトマトの甘糍酸辣湯、梅干とハト麦の美人ご飯、甘糍ディップでいただくグリーン夏野菜のサラダ、豆腐の甘糍ワサビ和え

**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

■色えんぴつ画講座  
色えんぴつ画を簡単に描けるコツや、美しく表現する基本テクニックを学びましょう。（題材は講師が用意するお手本や造花・模型の果物の中から選択してください。塗り絵ではありません）

**日時** 7月5日(火) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

**定員** 12人（先着順）

**講師** 嶋口金治さん（JES色えんぴつ画協会主宰）

**材料費** 300円（画用紙・額縁含む）

**持ち物** 色えんぴつ（12色以上）

**申込** 6月10日(金)以降に電話、FAXで。キャンセルは6月28日(火)まで

申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで  
※受講無料

■スクラップブック講座  
「思い出」整理

蛇腹の飾れるミニアルバムを作り  
ます。スタンプやインクを使い、ア  
レンジクワイアを  
気を出します。古い写真や思い出の  
写真を飾ってみませんか。

**日時** 6月30日(木) 午前10時～正午

**対象** 16歳以上

**定員** 10人（先着順）

**講師** 西納淳子さん（NPO法人スクラップブック協会 認定講師）

**材料費** 900円

**持ち物** L版サイズの写真を2～3枚、はさみ、固形のりまたはテープのり

**申込** 6月9日(木)以降に電話、FAXで

■浴衣の着こなし講座  
「夏祭りは浴衣姿で！」

**日時** 7月16日(土) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで  
※受講無料

申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで  
※受講無料

■スクラップブック講座  
「思い出」整理

蛇腹の飾れるミニアルバムを作り  
ます。スタンプやインクを使い、ア  
レンジクワイアを  
気を出します。古い写真や思い出の  
写真を飾ってみませんか。

**日時** 6月30日(木) 午前10時～正午

**対象** 16歳以上

**定員** 10人（先着順）

**講師** 西納淳子さん（NPO法人スクラップブック協会 認定講師）

**材料費** 900円

**持ち物** L版サイズの写真を2～3枚、はさみ、固形のりまたはテープのり

**申込** 6月9日(木)以降に電話、FAXで

■浴衣の着こなし講座  
「夏祭りは浴衣姿で！」

**日時** 7月16日(土) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

■季節の発酵料理講座  
「真夏を愉しむ甘糍料理」

梅雨が明け本格的な夏が始まります。今回は発酵の力で暑い夏を疲れ知らずで乗り切るために中華風アレンジで食欲アップ！飲む点滴といわれる甘糍を調味料としてお料理に生かしましょう。

**日時** 6月25日(土) 午前10時～午後1時

**メニュー** 薬味たっぷり甘糍発酵春巻き、緑豆春雨とトマトの甘糍酸辣湯、梅干とハト麦の美人ご飯、甘糍ディップでいただくグリーン夏野菜のサラダ、豆腐の甘糍ワサビ和え

**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

■色えんぴつ画講座  
色えんぴつ画を簡単に描けるコツや、美しく表現する基本テクニックを学びましょう。（題材は講師が用意するお手本や造花・模型の果物の中から選択してください。塗り絵ではありません）

**日時** 7月5日(火) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

**定員** 12人（先着順）

**講師** 嶋口金治さん（JES色えんぴつ画協会主宰）

**材料費** 300円（画用紙・額縁含む）

**持ち物** 色えんぴつ（12色以上）

**申込** 6月10日(金)以降に電話、FAXで。キャンセルは6月28日(火)まで

申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで  
※受講無料

■スクラップブック講座  
「思い出」整理

蛇腹の飾れるミニアルバムを作り  
ます。スタンプやインクを使い、ア  
レンジクワイアを  
気を出します。古い写真や思い出の  
写真を飾ってみませんか。

**日時** 6月30日(木) 午前10時～正午

**対象** 16歳以上

**定員** 10人（先着順）

**講師** 西納淳子さん（NPO法人スクラップブック協会 認定講師）

**材料費** 900円

**持ち物** L版サイズの写真を2～3枚、はさみ、固形のりまたはテープのり

**申込** 6月9日(木)以降に電話、FAXで

■浴衣の着こなし講座  
「夏祭りは浴衣姿で！」

**日時** 7月16日(土) 午後1時～3時

**対象** 16歳以上

申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで  
※受講無料



文化・教養 (つづき)

ライフスタイルプラザ・カワサキ  
生涯学習センター

☎4699・71220  
Fax 4699・71211

■心もリラックスするフラダンス

毎月1:30~5火曜日に活動している「レイアロハ」のクラブ体験会です。超ビギナークラスを始めるので初心者も安心です。一緒に始めませんか? 子連れ参加もOKです。

日時 6月21日(火)

●午後1時~1時50分(子連れでも可)

●午後2時~3時(大人のみ)

対象 16歳以上の女性

定員 各10人(先着順)

講師 後藤京子さん(生涯学習センター登録クラブ講師)

持ち物 飲料水

※服装は動きやすいもので  
申込 6月4日(出)以降に電話、FAXで

※受講無料



■ガラスリッツェン体験講座

ガラス製品に絵柄を彫るガラスリッツェンは専用の針1本で手軽に始められ、簡単にガラスに手彫り作品が出来上がります。自分だけの素敵なオリジナルプレートを製作しましょう。

日時 6月25日(出)、7月9日(出)

午前10時~正午(全2回)

定員 12人(先着順)

講師 松下季史子さん(生涯学習センター登録クラブ講師)

材料費 1,000円(針レンタル料含む)

持ち物 黒い布、はさみ、ハンドタオル

申込 6月5日(日)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月19日(日)まで



■英検2級試験対策講座②

〜2次面接対策〜

英検2級対策講座の第2弾として2次面接試験の攻略法を学びます。問題カードの構成や面接官の質問にはある程度の規則性があるので、そこを徹底的に分析・攻略する事で合格への足掛かりを見出すことができます。講座の中で実際に模擬面接を体験します。

日時 6月26日(日)  
午後1時~3時30分

対象 7月実施の英検2級2次面接試験を受験予定の人

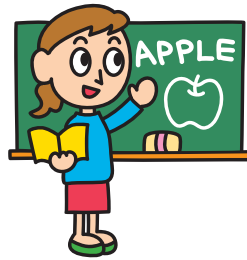
定員 10人(先着順)

講師 大工 毅さん(元英検面接委員)

持ち物 筆記用具、飲料水

申込 6月21日(火)以降に電話、FAXで

※受講無料



■花育講座

〜大切な人にお花を贈ろう!〜

様々な知識や体験を吸収する児童期の成長段階に、より多くの子ども達が花や緑にふれ、親しみ、楽しんでもらう機会となるように開催します。

日時 7月3日(日)

●午前10時~10時45分

●午前11時~11時45分

対象 小学生

定員 各10人(先着順)

講師 中島知子さん(フェアビアンカ主宰)

材料費 1,500円

※作品サイズは縦・横・高さ約20cm、花器のサイズは縦・横・高さ約8cmです。

持ち物 花切りばさみ(子どもの手に合わない場合は工作バサミでも可)、筆記用具、持ち帰り用袋、手拭きタオル、飲料水

申込 6月9日(日)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月24日(金)まで



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

「ホットサンドでホットな気分」

〜単品でも堂々主張〜

(健康マイレージ対象)

日時 6月28日(火)

午前10時~午後1時

メニュー レオポルドサンドウィッチ、南瓜のムニエル、ジャーマンポテトサラダ、あさりのチャウダー、抹茶フラマンジェ

定員 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、持ち帰り用容器

申込 6月7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6月21日(火)まで

※内容は予告なく変更になる場合があります。

■手づくりお菓子の教室

「台湾風パイナップルケーキ

人気の台湾デザートを手づくりしてみませんか? 他にもう一品、作ります。

日時 7月4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

申込 6月7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6月27日(月)まで

※内容は予告なく変更になる場合があります。





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

■フラワーゼリー

〜透明ゼリーに花ひらく〜

ゼリーの中で本物のお花が咲いているかのような華やかで可愛らしいスイーツアートを学びましょう。

日時 6月24日(金)

午前10時30分〜11時30分

対象 16歳以上

定員 8人(先着順)

講師 うず まきこさん(北都市民交流センター本館登録講師)

受講料 1,500円(材料費含む)

持ち物 エプロン、三角巾、タオル、ふきん、持ち帰り用容器、マスク、持ち帰り用袋

申込 6月6日(月)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは6月17日(金)まで



文化・教養

健康

福祉

スポーツ

歴史

その他

■欧風カレー

〜お家カレーを絶品にする

ルウを学ぼう!〜

前回好評だったカレースパイスのエキスパート、キャニオンスパイス島岡先生が教える、お家カレーを絶品にするルウ作りの楽しさを味わおう! スペシャルカレーの試食やプレゼントもあります。

日時 6月27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(株キャニオンスパイス)

受講料 700円(材料費含む)

持ち物 タオル、マスク、ふきん、エプロン、持ち帰り用容器(手のひらサイズのものが入る大きさ)、持ち帰り用袋、筆記用具

申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは6月20日(月)まで

■PPバンドでつくる

シンプルカゴバック

梱包用に使われているPPバンドで、軽くて丈夫で水にも強いカゴバッグを作ります。

※申込時にカラーを選択してください。

日時 6月29日(水)、7月6日(水)

午前10時〜正午(全2回)

対象 16歳以上

定員 15人(先着順)

講師 松川扶実さん(北都市民交流センター本館登録講師)

受講料 1,700円(材料費含む)

持ち物 はさみ、カッターナイフ、布ガムテープ、洗濯ばさみ30個

申込 6月8日(水)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは6月22日(水)まで



長南公民館

☎465・0786  
Fax 465・1103

■クラブ体験講座

〜押し花アートで

暮らしに彩りを〜

美しい押し花を使って縦15cm×横20cmのウエルカムボードを作ります。

日時 6月18日(土)

午前10時〜正午

対象 16歳以上

定員 8人(先着順)

講師 落若サヨコさん(長南公民館登録クラブ講師)

材料費 800円

持ち物 ピンセット

申込 6月4日(土)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月12日(日)まで



■季節の料理講座(夏)

〜栄養たっぷり夏野菜で

夏を元気に過ごしましょう〜

日時 6月21日(火)

午前10時〜午後1時

メニュー 夏野菜のスープカレー、豚しゃぶとゴーヤのサラダ(梅ドレッシングでさっぱりと)、冷ややこのアレンジ(2種類のトッピング)、黒糖プリン

対象 16歳以上

定員 8人(先着順)

講師 藤原あつ子さん(長南公民館登録クラブ講師)

材料費 800円

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、マスク

申込 6月4日(土)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月15日(水)まで

■ハワイアンフラ体験講座

ハワイアンフラはあらゆる年代の人が楽しめるハワイの踊りです。ハワイアンに乗せてステップを踏み、手話のような手の動きで歌詞を表現します。(素足で踊ります)

日時 6月25日(土)

午前10時〜正午

対象 16歳以上

定員 12人(先着順)

講師 谷藤美智子さん(マカナニ・リノ・フラ・スタジオ主宰)

持ち物 飲料水、タオル

※服装は運動のできるもので  
申込 6月7日(火)以降に電話、FAXで。キャンセルは6月21日(火)まで ※受講無料

■浴衣の着方講座

初めての人も大丈夫! 基本の浴衣の着方をお稽古します。帯結びまでしっかり指導します。

日時 7月2日(日)

午後1時〜3時

対象 中学生以上の女性

定員 12人(先着順)

講師 水嶋由美子さん(大阪さもの着付学院講師)

持ち物 浴衣、半幅帯、腰ひも3本、帯板、伊達締め、タオル

申込 6月8日(水)以降に電話、FAXで。キャンセルは6月26日(日)まで  
※受講無料

文化・教養 (つづき)

各種文化・教養

■癒されWeek

開催日 (6月)	講座名
①18日(土) ②21日(火)	ハーバリウム 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

受講料

- 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・問合先 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(☎469・3332)へ

■第35回 泉佐野市文化懇話会

会員展

泉佐野市民展の「市長賞」「特別賞」受賞者有志が集まって創設された文化懇話会の作品展です。

日時 7月1日(金)～3日(日)

午前10時～午後6時

※3日(日)は午後4時まで

場所 エブノ泉の森ホールギャラリー

内容 陶芸、写真、絵手紙、俳句、日本画、洋画、彫刻、書道、工芸  
問合先 宮内(☎090・8125・2109)  
※入場無料



健康

南部市民交流センター本館

☎466・1641  
Fax 466・4744

■健康サポート教室

「背面筋活性化エクササイズ」

(健康マイレージ対象)

前だけでなく、後ろ姿も綺麗になりませんか？姿勢は年齢が出やすいです。しっかりと動かしましょう！

日時 6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 室内用の紐靴、ヨガマット、タオル、飲料水

※服装は動きやすいもので

申込 6月7日(火)午前9時以降

に本人が電話で

※受講無料



■New! 体操教室  
〜楽しい音楽に合わせて  
頭とからだを動かそう〜

思わず笑顔になるリズム体操で心もからだも元気にしましょう！

日時 6月29日(水)

午前10時～11時30分

対象 おおむね50歳以上

定員 15人(先着順)

講師 辰森泉美さん

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

申込 6月7日(火)午前9時以降

に本人が電話で

※受講無料

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 6月13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(一松風台

西一交差点西側)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



■はじめてみよう！健康体操

(健康マイレージ対象)

楽しく安全にできる運動を知って健康を維持しよう。

開催日・内容

- 7月14日(木)・自宅のできるストレッチ体操や簡単筋トレ
- 来年1月12日(木)・変化したからだの確認

日時 午前9時30分～11時

場所 健診センター

対象 全2回受講でき、医師から運動を止められていない市民

※運動実技は、会場での血圧値が最高180mmHgまたは最低100mmHg以上の人は見学となります。

定員 10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

※服装は動きやすいもので

申込 6月16日(木)～30日(土)・日曜日除く)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。

日時・場所・定員

- 6月9日(木)午後2時10分～20分
- 6月16日(木)午後2時30分～20分
- 6月16日(木)午後2時30分～20分
- 羽倉崎温泉(東羽倉崎町6番10号)・20人
- ※各10分前より先着順で受付

テーマ 「65歳からの健康管理術」

対象 65歳から差をつける健康づくり法

問合先 地域共生推進課

※申込不要、参加無料



健康 (つづき)

■泉佐野健康寿命ウォーキング

「介護予防」講演会

いつまでも自分の足で

歩けるからだづくり

日時・場所・定員 (先着順)

●6月11日(出) 午前10時～正午  
長南公民館・30人

●6月13日(月) 午前10時～正午  
南部市民交流センター本館・30人

●体力測定および身長測定：体の状態に合わせて実施します

●足圧バランス測定

●介護予防のお話：いつまでも自分の足で歩くために、どうすれば良いのか

●健康寿命ウォーキング (歩行訓練) 体験

対象 市内の介護保険被保険者の人、シルバーカー・ステッキの人、腰痛でお悩みの人、人工関節の人、歩行に不安のある人、介護予防に興味のある人など (医師から運動を止められていない人)

講師 健康寿命ウォーキングマイスター

申込 平日 午前10時～午後4時に電話で (二社) 健康寿命世界一 (☎06・6748・0215 Fax 06・6748・0216)

問合先 地域共生推進課

※参加無料。靴下を脱いで裸足になれるようにして参加してください。

文化・教養

健康

福祉

スポーツ

歴史

その他

■整体しながらリンパを流そう!

～むくみとはサヨナラ～

リンパの流れを良くし、身体の調子を整えませんか。日頃の運動不足も簡単に解消でき、心もリラックスできます。

日時 6月26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 女性

定員 12人 (先着順)

講師 丸橋温恵さん (日本総合ヨガ普及協会 指導者)

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・問合先 6月2日(木)以降に電話、FAXでいずみさの女性センター (☎ Fax 469・7125) へ ※受講無料

■体験してみませんか

「和みのヨガ」

年齢や運動経験に関係なく参加してください。体も心もものびのびさせてあげましょう。

日時 7月2日(出)

午後1時～2時30分

対象 16歳以上

定員 14人 (先着順)

講師 垣谷伊都子さん (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、飲料水

場所・申込・問合先 6月9日(木)

以降に電話、FAXで佐野公民館 (☎463・6181 Fax 469・2243) へ。キャンセルは6月30日(木)まで ※受講無料

 **福祉**

地域子育て支援センター

つくしんぼ

☎469・0660

Fax 469・0670

■あそびの広場

～夏まつりごっこ～

日時 7月1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 20組 (先着順)

申込 前日までの平日 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

親子でいろんな遊びをして交流

しましょう。

日時 7月6日(水)

午前10時～11時30分

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 10組 (先着順)

申込 前日までの平日 午前9時～午後4時に直接または電話で

■つくしんぼ子育て講座

「おやこヨガ」

お子さんと一緒に身体をゆったり動かしてリフレッシュしませんか?

※後半はママだけヨガでリラックスタイムもあります。一時保育あり

日時 7月15日(金)

午前10時～11時30分

場所 次世代育成地域交流センター

定員 15組 (先着順)

講師 井上照子さん (こどもヨガ准専門士)

申込 6月13日(月)以降の平日 午前9時～午後4時に直接または電話で ※受講無料

「人形劇 三びきのやぎのながららどん」

※都合により演目が変わる場合があります

日時 7月19日(火)

午前10時30分～11時15分

場所 次世代育成地域交流センター

定員 20組 (先着順)

出演 ひまわり

申込 6月20日(月)以降の平日 午前9時～午後4時に直接または電話で

※受講無料。お子さんと一緒に参加してください。

■おひさまクラブ(秋コース)

安心して遊べる場を提供します。親子でいろんな遊びをして交流しましょう。

コース・日時 (各全9回)

●9月6日～11月15日の毎週火曜

日 午前10時～11時30分

●9月7日～11月16日の毎週水曜

日 午前10時～11時30分

場所 子育て支援センターつくしんぼ

対象 2歳～就学前の子どもと保護者

定員 各15組 ※初めての人優先

申込 6月21日(火)・22日(水) 午後1時～4時に電話で

※締切後、定員に達しない場合は随時募集



福祉 (つづき)

地域子育て支援センター分館

わたぼうし  
☎ 447・6223  
FAX 447・6223

■わたぼうし講座

食育・離乳食・アレルギー食  
子どもの食事について、考えてみませんか？

日時 7月26日(火)

午後1時30分～2時15分

定員 15組(先着順)

講師 公立こども園 管理栄養士

申込 6月27日(月)以降の月・火・

木・金曜日 午前9時～午後4時  
に直接または電話で

※一時保育あり、希望者は申込時に

■おひさまクラブ(秋コース)

安心して遊べる場を提供します。親子でいろいろな遊びをして交流しましょう。

日時 9月6日～11月1日の毎週

火曜日 午前10時～11時30分(全

9回)

対象 2歳～就学前の子どもと保

護者

※つくしんぼのおひさまクラブに

参加していない初めての人の優先

定員 12組

申込 6月21日(火) 午後1時～4

時に電話で

※締切後、定員に達しない場合は、  
随時募集

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 6月12日(日)

午前10時～午後1時

内容 本格カフェ、音楽、ジャズ

ダンス

場所・問合先 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

300円、モーニング500円で

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 6月16日(木)

午後1時～2時30分

場所 コープ泉佐野店2階集会所

問合先 家治(☎ 090・387

3・1769)

※申込不要、参加無料。コーヒー・

紅茶など100円で提供します。

■愛の献血

献血車が来ます。ご協力をお願いします。

【泉佐野市役所1階】

日時 6月16日(木) 午前10時～正

午、午後1時～4時30分

【いこらもくろ泉佐野】

日時 7月3日(日)

午前10時～午後4時

問合先 地域共生推進課



■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 6月22日(水)

午後1時30分～3時

場所 社会福祉センター

問合先 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。

■市民後見人養成講座

オリエンテーション

市民後見人とは、家庭裁判所から成年後見人として選ばれた市民のことで、養成カリキュラムを修了し、後見人候補として名簿登録した人の中から選ばれるので、特別な資格は必要ありません。

市民後見人は、市民ならではの立場を生かした地域福祉活動を行っています。社会貢献への意欲と熱意のある人や、市民後見に関心のある人は、ぜひ参加してください。

※市民後見人になるためには、オリエンテーションへの参加が必要です。

日時・場所

● 6月25日(出) 午後2時～4時・  
田尻町総合保健福祉センター(たじりふれ愛センター 泉南郡田尻町嘉祥寺883番地1)

● 7月2日(出) 午後2時～4時・  
岸和田市立福祉総合センター(岸和田市野田町1丁目5番5号)

内容 成年後見制度の概要、市民後見人の活動報告、市民後見人養成講座について

申込 大阪府社会福祉協議会ホームページ(<http://www.osakafu-shakwakai.or.jp>) または地域共生推進課で申込書入手し、FAX またはeメールで大阪府社会福祉協議会 権利擁護推進室 (FAX 06・6764・7811 kokan@

pearl.ocn.ne.jp)へ  
問合先 地域共生推進課  
※参加無料

■子育て支援講座70

パティシエ・ウイズの簡単サクッと美味しい！パウンドケーキを作ります。

日時 6月26日(日)

午後1時～3時

場所 日根野公民館

メニュー パウンドケーキ

対象 3歳以上の子どもと保護者

定員 4組(先着順)

講師 西 道子さん(食品アドバイザー)

材料費 1組1,000円

持ち物 エプロン、三角巾、ケ

キを入れるケース

申込・問合先 6月5日(日) 午前

9時以降にNPO法人ウイズ生

活支援センター(☎・FAX 466・

1963)へ

※一時保育あり、希望者は申込時に

に





## スポーツ

### ■セレッソ大阪を応援しよう！

#### 泉佐野市民応援デー

市内在住・在勤・在学のみならずは優待価格で入場できます。

日時 6月26日(日)

午後6時キックオフ

場所 ヨドコウ桜スタジアム

対戦相手 清水エスパルス

優待価格 ホームバック・ミツク

スパック自由席A・Bの4券種(1人4枚まで。各席種標準価格の20%引き)

チケット購入・引換方法 5月11日(水)午前11時～6月26日(日)午後8時にセレッソ大阪オフィシャルチケット「市民応援デー専用」サイト (<https://www.jleague-ticket.jp/c/2022-osakananbu-yuutai-0626?ser=73gbju5e>) でQRチケットを購入してください。販売枚数に達し次第、優待販売を終了します。

●購入の際には、「Jリーグチケット」の会員登録(無料)が必要です。

●チケットはQRチケットのみで、スタジアムでの引換えはありません。スマートフォンなどの画面に表示(PCはプリントアウト)



スマートフォンなどの画面に表示(PCはプリントアウト)

## 文化・教養

## 健康

## 福祉

## スポーツ

## 歴史

## その他

されたQRチケットを入場ゲートに設置している専用端末にかざして入場ください。

●入場ゲートで確認する場合がありますので、必ず在任・在勤・在学のわかる「本人確認書類」(運転免許証、健康保険証、名刺、学生証など)を持参してください。

問合せ セレッソ大阪事務局(代行事務局) ☎06・6123・8155



▶セレッソ大阪オフィシャルチケット「市民応援デー専用」サイトQRコード



## 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

### ■歴史館いずみさの 春季企画展

「耕す・育てる・収穫する」

期間 8月28日(日)まで

時間 午前9時～午後5時

※入館は午後4時30分まで

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

※入館無料

### ■春季企画展 展示解説

日時 6月19日(日)、7月16日(土)、8月20日(土)午後1時30分～2時

講師 橋本七海(学芸員)

定員 各20人(先着順)

※申込不要、参加無料

### ■城郭鑑賞の基礎知識(第6回)

「天守」

日時 7月10日(日)

午後1時30分～3時

講師 西村 歩(副館長)

定員 30人(先着順)

申込 6月21日(火)以降に電話または直接

※参加無料

■れきし館ワークショップ「七夕飾りをつくろう！」

日時 6月18日(土)

午後2時～3時30分

定員 15人(先着順)

申込 6月7日(火)以降に電話または直接

※参加無料



■ペーパークイリングをしよう！」

日時 7月2日(日)

午後2時～3時30分

定員 15人(先着順)

申込 6月21日(火)以降に電話または直接

※参加無料



■千代紙でミニ和傘をつくろう！」

日時 7月16日(土)

午後2時～3時30分

定員 15人(先着順)

申込 6月21日(火)以降に電話または直接

※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

●仕舞・謡曲…

6月7日(火)・21日(火)午後1時～

●木彫り教室…6月10日(金) 午前10時～

●フルート教室…6月16日(木) 午後1時～

申込 開催日の3日前まで



### ■恒例朝市

日時 6月18日(日)

午前9時～正午

※申込不要、参加無料



### ■ふるしき手づくりマーケット

日時 6月18日(日)

午前10時～午後4時

※申込不要、参加無料

歴史(つづき)

各種歴史

■泉州タオルの歴史

泉州タオルは明治20年、白木綿業者の里井圓次郎がタオル織機の開発に成功し、その製品をカルキで晒したことから国産初の後晒しタオルが誕生しました。

泉州野を中心とした泉州タオル産地135年の歴史をお話しします。

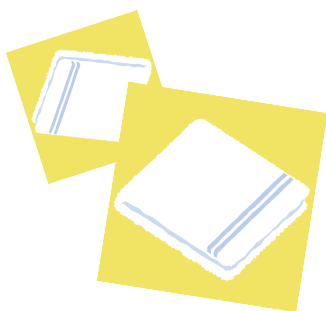
日時 6月30日(木)

午後1時30分～2時30分

対象 16歳以上

定員 20人(先着順)

講師 大阪タオル工業組合理事長  
場所・申込・問合先 6月8日(水)以降に電話、FAXで佐野公民館(☎4633・6181 Fax4699・2243)へ。キャンセルは6月28日(火)まで  
※受講無料



■写真や絵葉書からみる泉佐野の変遷(うつりかわり)

泉佐野の変遷を、今は存在しない建物や当時の行事写真を見ながら説明します。

日時 7月1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 東原和代(文化財保護課日根荘係長)

持ち物 筆記用具

場所・申込・問合先 6月10日(金)以降に電話、FAXで日根野公民館(☎4503・3900 Fax468

0011)へ

※受講無料

その他イベント

■あつまれ☆さのキッズ!

「おじさんとおおきな木」

絵本が舞台劇になりました。おじさんの家には春に花を咲かせ、夏に涼しい木陰をつくり、秋には赤い実をつける大きな木がありました。

雪の日に木を切り倒してしまっただおじさん。その後どうなったのでしょうか。

日時 7月17日(日)

午後2時～3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 100人(先着順)

出演 劇団なんじゃもんじゃ

入場料 400円(2歳以上)

※1歳以下無料(入場整理券必要)

申込 6月10日(金)以降に레이크アルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター(☎4699・7120 Fax4699・7121)または泉州野おやこ劇場(☎415・0222 eメール: izumisanooyak

@inkuzaque.jp)へ

共催・問合先

●泉州野おやこ劇場

●生涯学習課(☎4699・7133 Fax4699・7133)



▲劇団なんじゃもんじゃ

■2022

関西国際空港 航空教室

関西国際空港では次の要領で航空教室を開きます。

日時 7月29日(金)

午後1時～4時

場所 ホテル日航関西空港

内容 お話「航空のお仕事」、お楽しみ抽選会

対象 小学4年生以上

定員 80人

※応募多数の場合は抽選

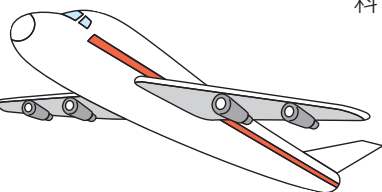
講師 航空管制官、関西エアポート(株)、ピーチアビエーション(株)等

協力 関西航空少年団

申込・問合先 7月15日(金)(必着)

までに、往復ハガキに郵便番号、住所、氏名、年齢(同伴者がいる場合は全員分)、電話番号を記入し、関西翼の会「航空教室」係(〒598・0001 上瓦屋392番地の1(佐藤) ☎4633・0005)へ

※参加無料



文化・教養

健康

福祉

スポーツ

歴史

その他

広告