



【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

■シニア向け

スマートフォン教室（LINE編）

LINEを使いこなせていない人、LINEについて楽しく学んでみませんか。
※講義中に使うデータ通信料は各自の負担となります。また、申込時にお持ちのスマートフォンがアンドロイドかをスマートフォンか確認し、LINEアプリをインストールしているかを確認します。

日時 8月26日
午後1時30分～3時30分
対象 60歳以上
定員 10人（先着順）
講師 江阪詩朗さん（スマートフォンインストラクター）
持ち物 スマートフォン、筆記用具、眼鏡（必要な人）
申込 8月5日（金）以降に電話、FAXで。キャンセルは8月23日（火）まで
※受講無料



文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

■友禅染（型友禅）体験講座
お気に入りのTシャツやブラウス、エコバッグなどに当日選んでもらった型紙を使って、型友禅染を体験してみましよう。
※型紙は、講座当日に選んでください。

日時 8月30日（火）
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（大阪和装文化学院認定手描き友禅講師）
材料費 500円
持ち物 Tシャツやブラウス（無地）、使い古しのタオル
申込 8月6日（土）以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは8月23日（火）まで



■楽しむ現代書一

〜筆で遊んでみませんか〜
普段の書道とは違う、墨の表情を生かしたアートな書道で作品作りを楽しみましょう。

日時 9月15日（木）
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
材料費 100円
持ち物 書道道具（筆、硯、墨汁、文鎮、下敷など）、半紙
申込 8月9日（火）以降に電話、FAXで。キャンセルは9月6日（火）まで



長南公民館
☎465・0786
Fax 465・1103

■防災セミナー

〜家にある物から集める 防災グッズの揃え方〜
災害に備え、避難ゲームを織り交ぜながら必要な物の揃え方を学びます。

日時 8月23日（火）
午前10時～11時30分
定員 12人（先着順）
対象 16歳以上
講師 たくみんさん（日本防災士機構認定防災士）

持ち物 筆記用具
申込 8月5日（金）以降に電話、FAXで。キャンセルは8月19日（金）まで
※受講無料

■手軽に作ろうヘルシーごはん
〜時短料理で暑さを 乗り切りましよう〜

日時 8月31日（水）
午前10時～午後1時
メニュー 豚の角煮（煮卵）、胡瓜とちくわのごま酢あえ、人参と塩昆布ナムル、スープ、コーヒーゼリー

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 8月5日（金）以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは8月23日（火）まで



文化・教養（つづき）

北部市民交流センター本館・北部公民館

☎464・5725
Fax 469・2284

■こどもかきかた体験講座

字を書く基本を身につけながら集中力も養えます。夏休みの宿題にも使えます。

日時 8月24日(水)

午後4時～5時

対象 小学生以上

定員 12人（先着順）

講師 平島郁子さん（いくせんお習字教室 主宰）

受講料 200円

持ち物 習字道具、新聞紙、半紙

※服装は汚れてもよいもので

申込 8月5日(金)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは8月22日(月)まで

申込 8月5日(金)以降に電話、FAXで。キャンセルは8月19日(金)まで



■成長期の運動と食事

がんばれる体をつくらう！

私たちの体は毎日の食事から得られる栄養素でつくられます。スポーツや体を動かす場合は、さらに多くの栄養を摂らなければいけません。

トッパアスリートの事例も交えて、すぐに実践できるバランスのよい食事の摂り方を学びましょう！

日時 8月25日(木)

午後1時30分～2時30分

対象 スポーツや部活をしている子どもや保護者、スポーツと健康に興味のある人

定員 30人（先着順）

講師 榎明治（食育担当管理栄養士）

持ち物 筆記用具、飲料水

申込 8月5日(金)以降に電話、FAXで。キャンセルは8月19日(金)まで

※受講無料



■「くさり編み」と「こま編み」で作るネットバッグ

折りたたむと小さくなるので、携帯に便利です。

日時 8月30日(火)、9月6日(火)

午後1時～3時（全2回）

対象 16歳以上

定員 10人（先着順）

講師 藤山尚子さん（北部市民交流センター本館登録講師）

受講料 700円（材料費含む）

持ち物 かぎ針5号か6号（ない人は貸出します）、はさみ、筆記用具、とじばり

申込 8月8日(月)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは8月19日(金)まで



■色えんぴつ絵画

馴染みのある色えんぴつで、立体感のある絵を楽しくかきましょう。完成した絵は額に入れて持ち帰ることができます。

日時 9月5日(月)

午後1時30分～3時

対象 16歳以上

定員 10人（先着順）

講師 嶋口金治さん（色えんぴつ絵画クラブ主宰）

受講料 500円（材料費含む）
持ち物 色鉛筆12色以上（100円均一の商品は不可）
申込 8月9日(火)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは8月31日(水)まで



■パパ・ママクッキング

南部市民交流センター本館
☎466・1641
Fax 466・4744

大人も子ども大好き

ハヤシライス

〜ひと手間かけて本格ハヤシを〜

（健康マイレージ対象）

日時 8月30日(火)

午前10時～午後1時

メニュー ハヤシライス、チキン

サラダインド風、はんぺんのチーズ焼き、レモンスノー

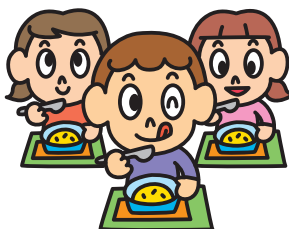
定員 10人（先着順）

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、持ち帰り用容器

申込 8月2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8月23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

ブルーベリーソース添え

クリームチーズのホイップで作るふわふわのレアチーズケーキです。他にもう一品作ります。

日時 9月5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四方の容器を2つ）、小さめの保冷剤

申込 8月2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8月29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）

レイファルスタープラザ・カワサキ
生涯学習センター

☎4699・7120
Fax 4699・7121

■優しいインスタ

ビギナーレッスン

写真投稿に特化し、国内だけではなく海外の有名人も多く利用しているSNS「インスタグラム」を楽しみたい人に上手に使うコツを伝授します。

日時 8月30日(火)

午前10時～正午

対象 インスタグラム初心者の人

定員 10人（先着順）

講師 岩田里佳さん（Oホのオネオネ主宰）

資料代 150円

持ち物 インスタグラムのアプリをインストールしたスマートフォンまたはタブレット、筆記用具、飲料水、眼鏡（必要な人）

申込 8月5日(金)以降に電話、FAX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

■「アンコール企画」

アンガーマネジメント(子育て編)

～怒ったっていいんだよ～

日々の子育てに活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。

日時・内容(全3回)

●9月8日(木) 午前10時～正午

「怒りは何のためにあるの?」

●9月15日(木) 午前10時～正午

「怒りを上手に伝えよう」

●9月22日(木) 午前10時～正午

「子どもとの適切な関わり方と叱り方」

対象 子育て中の人で全3回受講

でき、昨年度未受講の人優先

定員 16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 300円

持ち物 筆記用具、飲料水

申込 8月6日(土)以降に電話、FAXで

※一時保育（若干名・先着順）あり、希望者は申込時に



■パーソナルカラー診断

～あなたに似合う色はどんな色～

ドレープ（色布）を胸に当てて、

あなたに似合う色のグループを診断します。また、色の基本について学びます。

日時 9月15日(木)

午後1時～3時

対象 未受講者優先

定員 16人（先着順）

講師 北野恵子さん（国際カラープロフェッショナル協会認定講師）

持ち物 筆記用具、手拭き用タオル、飲料水

申込 8月12日(金)以降に電話、FAX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



レイファルスタープラザ・カワサキ
中央図書館

☎4699・71330
Fax 4699・71331

■土曜子どもシアター

「忍たま乱太郎の宇宙大冒険」

「ズミックフロント」☆NEXT

地球の段◆はやぶさ2の段

日時 8月13日(土) 午後2時～

(開場：午後1時45分)

上映時間 50分

定員 50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。



■夏休み映画会

「レスキューせんエアースト

海ではたらけ仲間たち

日時 8月14日(日) 午後2時～

(開場：午後1時45分)

場所 日根野公民館

上映時間 78分

定員 30人（先着順）

申込 8月5日(金) 午前9時30分

以降に電話で

※参加無料

■午後のキネマ

「メタボリックデカ」

日時 8月20日(土)

午後1時30分～

(開場：午後1時15分)

上映時間 100分

定員 50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。



■夏の映画会

「おしりたんてい5

プブッいせきからのSOS」

夏の思い出にみんなに人気のある映画でたのしみましょう！映画を見た後に北部公民館図書室で本を借りてくれた人には、プレゼントがあります。

日時 8月27日(土)

午後1時30分～

(開場：午後1時15分)

場所・共催 北部市民交流センター

上映時間 66分

定員 100人（先着順）

※申込不要、参加無料。プレゼント引換券の有効期限は映画会当日

～9月3日(日)

文化・教養 (つづき)

日根野公民館

☎450・3900
Fax 468・0011

■「美味しい珈琲について」

〜豆の選び方から淹れ方までの

基礎を学びませんか?〜

日時 8月31日(水)

午前10時〜正午

対象 16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 宇賀一仁さん

(BEAR COFFEE代表)

材料費 1,000円

持ち物 エプロン、筆記用具、飲料水

料水

申込 8月12日(金)以降に電話、F

AXで材料費の納入・キャンセル

は8月25日(木)まで



■暮らしやすい収納の工夫
〜時短家事をめざし、

キッチン&リビングの工夫を!〜

日時 9月9日(金)

午前10時〜正午

対象 16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 北林敦子さん (3M) *

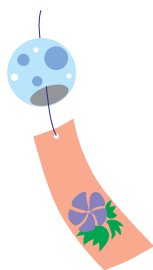
BO×暮らしカスタムアドバイザー

持ち物 筆記用具、飲料水

申込 8月18日(休)以降に電話、F

AXで

※受講無料



各種文化・教養

■佐野まちライブラリー縁日

〜折り紙金魚を釣ってみよう!〜

縁日気分で作野まちライブラ

リーの「折り紙金魚」を釣って遊

びましょう!

日時 8月16日(火)〜18日(木)

午前10時〜正午

午後2時〜4時

※1〜2組ずつ案内します。

場所・問合先 佐野まちライブラ

リー (☎447・7088) へ

※申込不要、参加無料

■癒されweek

開催日 (8月)	講座名
①16日(火)	プリザーブドフラワー
②20日(土)	ハーバリウム

時間

①午前10時30分〜午後0時30分

午後1時30分〜3時30分

②午前10時30分〜午後0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

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



■〜女性活躍推進月間〜

「良好な人間関係を築く

コミュニケーション講座

誰もがストレスを感じやすい現

代社会。職場・家庭・地域で役立

つ怒りの感情と上手に付き合うた

めの心理トレーニング「アンガー

マネジメント」、人間関係を円滑

にする伝達方法「アサーティブコ

ミュニケーション」を通して良好

な人間関係を築く方法を身につけ

てみませんか。講座は全2回でペ

アワーク、グループワークの体験

型で学びます。

日時・内容(全2回)

●9月3日(出) 午前10時〜正午・

「アンガーマネジメント」

●9月10日(出) 午前10時〜正午・

「アサーティブコミュニケーション

」

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 内野しのぶさん

(Smile Stage代表)

持ち物 筆記用具

申込・問合先 8月6日(出)以降に

電話・FAXでいずみさの女性セ

ンター (☎・Fax 469・7125)

※受講無料



■英語検定(5級〜2級)

日時 (級別) 10月1日(出)

午前10時〜午後5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

定員 5〜2級各級12人(先着

順)

対象 市内在住の人

検定料(級別) 2,500円〜6,

400円

※別途、結果資料郵送料が必要

申込 8月30日(火)〜9月4日(日)

午前10時〜午後5時に検定料(別

途、結果資料郵送料)を持参し、

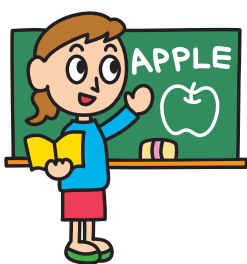
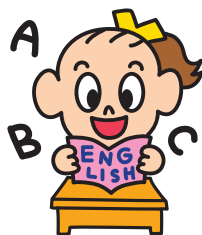
中央図書館 地下受付へ。キャン

セルは9月4日(日)午後5時まで

問合先 青少年課

(☎469・1106)

※詳しくは問い合わせしてくださ





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 8月8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

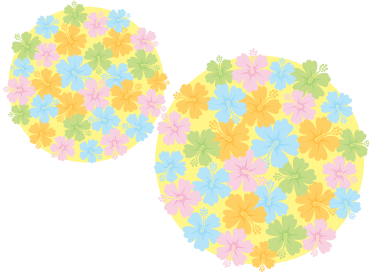
対象 医師から運動を止められていない市民

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



文化・教養 健康

福祉 歴史

その他

■高血圧健康教室(予約制)
「医師から学ぼう！高血圧の話！」
誰でもできる生活の

ポイントをお届けします！

(健康マイレージ対象)

健康で生活するために、からだにいいことはじめましょう！ぜひ健康教室に参加してください。

日時 9月8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 新山一秀さん(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 8月8日(月)以降に健康推進課へ

※受講無料



■はじめてみよう！健康体操
「楽しく安全にできる運動を知って健康を維持しよう」

(健康マイレージ対象)

開催日・内容

●1回目：9月8日(木) 午前9時30分～11時・自宅で行えるストレッチ体操や簡単筋トレ

●2回目：来年3月23日(木) 午前9時30分～11時・変化したからだの確認

場所 健診センター

対象 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。

※全2回コース受講できる人

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 8月18日(木)～31日(木)(土・日曜日除く)に電話、FAXで

※受講無料

日根野公民館

☎450・3900
Fax 468・0011

■首・肩の痛み(肩こり)健康講座
「セルフケアで首・肩の痛みや肩こりを予防・改善！肩こりに効く家トレも紹介」

日時 8月26日(金)

午後1時～2時30分

対象 16歳以上

定員 20人(先着順)

講師 徳永有紗さん(佐野記念病院理学療法士)

申込 8月10日(木)以降に電話、FAXで

※受講無料

■親子のふれあい♡ヨーガ
「パパ・ママ(保護者の人)とお子さんの健康づくりに！」

日時・内容

●9月6日(火) 午前10時30分～11時15分・「なでなでヨーガ」おすわり期：はいはい期までの乳幼児と保護者

●9月13日(火) 午前10時30分～11時15分・「まねまねヨーガ」

よち期：2歳児と保護者

講師 井上照子さん(こどもヨーガ准専門士)

持ち物 バスタオル、飲料水

※服装は運動しやすいもので

申込 8月9日(火)以降に電話、FAXで

※受講無料



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

「のびのびストレッチで

体も心もリフレッシュ」

(健康マイレージ対象)

暑い日が続きますが、そんな時こそ涼しい環境で身も心もスッキリできるストレッチ体操をしませんか？

日時 8月29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 8月2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！

夏の疲れを吹き飛ばしリフレッシュしよう！

日時 8月31日(木)

午前10時～11時30分

対象 おおむね50歳以上

定員 20人(先着順)

講師 辰森泉美さん

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 8月2日(火) 午前9時以降

に本人が電話で

※受講無料



健康(つづき)

長南公民館

☎465・0786
Fax 465・1103

■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ます。リンパや血液の流れを促進させ、むくみ解消や代謝・免疫力アップにつなげます。

日時 8月27日(出)

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 タオル、飲料水、ヨガマットまたは大きめのバスタオル

※服装は運動のできるもので

申込 8月6日(出)以降に電話、FAXで。キャンセルは8月23日(出)まで

※受講無料

■手のツボでセルフケア

手のツボに刺激を与えるだけで病気を予防したり、痛みをやわらげたり出来るシンプルな手技を体験します。

日時 8月30日(火)

午前10時～11時30分

対象 16歳以上

定員 12人(先着順)

講師 仲尾真美代さん(アジアハンドセラピー協会インストラクター)

資料代 150円

持ち物 筆記用具、飲料水

申込 8月6日(出)以降に電話、FAXで。キャンセルは8月24日(出)まで

■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!

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 8月18日(休)午後2時30分～

場所 羽倉崎温泉(東羽倉崎町6番10号)

テーマ 身体機能向上・転倒予防のための運動「健康は正しい姿勢から」あなたの姿勢をチェックします!

対象 市内在住の65歳以上と家族

定員 20人

※10分前より先着順で受付

問合せ 地域共生推進課

※参加無料

各種健康

■おやこヨガ

パパ・ママとお子さんの健康づくりに! スキンシップにヨガを取り入れて、心も体もリフレッシュ&リラククスしましょう!

開催日 8月31日(休)

時間・内容・対象

●午前10時～10時45分・などで
ヨーガ・午後5～6カ月のおすわり期からははいり期までの乳児と保護者

●午前11時15分～正午・まねまね
ヨーガ・よちよち期から2歳児の乳幼児と保護者

講師 井上照子さん(こどもヨーガ指導士)

定員 各6組(先着順)

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・問合せ 8月16日(休)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

■体質改善が期待出来るヨーガ

「瞑想美容と健康に役立つ話題のヨーガ」

日時 9月3日(出)

午後1時～2時15分

対象 16歳以上

定員 14人(先着順)

講師 山路明子さん(国際文化友好協会ヨーガ指導員)

持ち物 ヨガマットまたは大きめ

のバスタオル、飲料水、五本指靴下を着用(あれば)

場所・申込・問合せ 8月10日(休)以降に電話、FAXで佐野公民館(☎463・6181 Fax 469・2243)へ。キャンセルは8月31日(休)まで

※受講無料

■ジャイロキネシス®

(健康マイレージ対象)

ジャイロキネシス®はNYで生まれた、ヨーガやピラティスのようなコンディショニングエクササイズです。背骨を動かし、姿勢・肩こり・腰痛を改善しましょう。

日時 9月5日(月)・30日(金)、10月17日(月)・28日(金)

●月曜日：午前10時～11時30分

●金曜日：午後3時30分～5時

対象 16歳以上

定員 各15人(先着順)

講師 白井真優さん(ダンサー)

受講料 各200円

持ち物 飲料水・汗拭き用タオル、ヨガマットまたは大きめのバスタオル

※服装・靴は動きやすいもので

場所・申込・問合せ 8月10日(休)以降に電話、FAXで北部市民交流センター本館(☎464・5725 Fax 469・2284)へ。受講料の納入・キャンセルは8月29日(月)まで

■はじめてのリズミックダンス

(全2回)

ラインダンス、マンボ、ルンバ、ワルツなど、ダンスの基礎から始めましょう。音楽にのって一緒に楽しく踊りませんか?

※一定の距離をとって踊ります。

日時 9月6日(火)・13日(火)

●午前10時～11時

●午前11時～正午

定員 各10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講師)

持ち物 飲料水

※服装・靴は動きやすいもので

場所・申込・問合せ 8月9日(火)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・7121)へ

※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

～手作りおもちゃ～

日時 9月2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

※参加無料



■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 9月8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 9月2日(金)までの平日 午前9時～午後4時に直接または電話で



■土曜日のパパ参加企画講座

「ルピナスさんの絵本の

読み聞かせ&絵本紹介」

お子さん・お孫さんと一緒にパパやおじいちゃんにも子育て支援の場に参加してもらええる企画です。ママやおばあちゃんと一緒に可能です。1家庭大人2人までです。絵本の世界を一緒に楽しんでください。

日時 9月10日(土)

午前10時～11時

場所

次世代育成地域交流センター

対象 未就園児

定員 10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)

文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

申込 8月8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。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。

■つくしんぼ子育て講座

「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 9月20日(火)

午後1時30分～2時15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 公立こども園 管理栄養士

申込 8月22日(月)以降の平日 午前9時～午後4時に直接または電話で

※参加無料。一時保育あり、希望者は申込時に



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 8月14日(日)

午前10時～午後1時

内容

本格カフェ、音楽・健康ヨガ

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 8月18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。

■愛の血液助け合い運動

今月は全国で「愛の血液助け合い運動」が実施されます。医療で必要な血液製剤の確保には400ml 献血が有効です。救命医療に支障をきたさないようにするため、年齢が男性17歳以上・女性18歳以上で、体重が50kg以上の人は、医療機関で最も必要とされている400ml 献血にご協力をお願いします。

日時 8月20日(土)

午前10時～午後4時30分

場所 イオンモール日根野

共催 泉佐野中央ライオンズクラブ

第25回 オンライン

「献血おもしろゼミナール」

開催日 8月21日(日)まで

対象 小学生(主に3～6年生)

内容 夏休みの宿題「自由研究」にぴったりのイベントをオンライン形式で開催します。動画視聴後、クイズ&アンケートにお

答えいただいた人の中から、抽選で100人にけんけつちゃん

オリジナル文具セットをプレゼントします。

申込 インターネット「献血おもしろゼミナール」を検索

※参加無料

問合先 午前9時～午後5時(土日曜日、祝日除く)に大阪府赤

十字血液センター推進課(☎06・

6962・7654)へ

福祉(つづき)

■ふれあい交流会 防災講習会

日時 8月23日(火)
午後1時30分～
(開場：午後1時)

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！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(45分)

●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「わたしの生き方ノート」について～元気なうちから自ら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(25分)

対象 60歳以上の市内在住者
定員 60人(先着順)

主催 泉佐野市社会福祉協議会

場所・申込・問合せ 8月8日(月)

午前9時以降に社会福祉センター(☎4664・2563)へ

※参加無料。防災ミニグッズ無料配布あり



■ひきこもり講演会

「ひきこもりからの回復」

～本人や家族、関わる人のために～

日時 8月31日(火)
午後2時～4時

場所 社会福祉センター

内容

●講演：宮西照夫さん(和歌山大学名誉教授・NPO法人ヴィダ・リブレ理事長)

●当事者による体験談

定員 60人(先着順)
申込・問合せ 8月8日(月)～26日(金)に電話、FAXで基幹包括支援センターいずみさの(☎4664・2977 Fax4662・5400)へ
※参加無料

■ボランティアのついで

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 8月24日(水)
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(☎4664・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。

■ボッチャ大会

パラスポーツボッチャで対戦しよう！

日時 9月11日(日)
午後1時30分～4時30分

場所 J・COM末広体育館

対象 ボッチャに興味のある人

※定員を超えた場合は市内在住者優先

定員 選手枠30人、付き添い30人
講師 曾根裕二さん(大阪体育大学准教授)

持ち物 タオル、飲料水、上履き
申込・問合せ 8月5日(金)～9月2日(金)に直接、FAXまたはeメールで泉佐野市社会福祉協議会(☎4664・2259 Fax4662・5400 eメール：sanovco@izumisano-shakyo.or.jp)へ
※詳しくはホームページ(https://izumisano-shakyo.or.jp)をご覧ください。

■令和4年度 大阪府盲ろう者

通訳・介助者養成研修

視覚と聴覚に重複して障がいのある盲ろう者のコミュニケーションと移動を支援するために、通訳・介助者を行う「盲ろう者通訳・介助者」の養成研修を実施します。

開催日 9月21日(水)～来年3月13日(月)の間で20日間

場所 大阪府立福祉情報コミュニケーションセンター(最寄駅：JR環状線、大阪メトロ中央線また

は鶴見緑地線「森ノ宮」駅)

対象 盲ろう者福祉に熱意があり、盲ろう者通訳・介助者として活動することを誓約する人で、すべてのカリキュラムを指定された日時に受講できる人

定員 60人

申込 8月12日(金)(必着)までに大阪府立福祉情報コミュニケーションセンター内(社福)大阪障害者自立支援協会(盲ろう者等社会参加支援センター)に受講申込書を郵送、FAXまたはeメールで

問合せ (社福) 大阪障害者自立支援協会(盲ろう者等社会参加支援センター) (☎06・6748・0587 Fax06・6748・0589 eメール：haken@daisiyoko.or.jp)

※受講無料。テキスト代は実費負担

■わたぼうし講座

「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、授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 9月27日(火)
午後1時30分～2時15分

定員 15組(先着順)
講師 北 美智代さん(きた助産所助産師)

場所・申込・問合せ 8月22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(☎・Fax447・6223)へ

※受講無料。一時保育あり、希望者は申込時に



■金婚を祝う会

金婚(婚姻届出後満50年)を迎えられたご夫婦の長寿をお祝いし「金婚を祝う会」を開催します。既に50年を経過していても、これまでに参加したことのない場合は参加できます。

開催日 11月10日(木)・11日(金)
※10日(水)のみ場合あり

場所 ザ・ジョージアンテラス

対象 昭和47年12月31日までに婚姻届を出している夫婦

内容

●記念撮影
●式典(中止の場合あり)
●お祝膳、記念品等贈呈
申込・問合せ 8月1日(月)～9月30日(金)に戸籍謄本を持参し、地域共生推進課へ

※参加を希望する夫婦は必ず申し込んでください。



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

☎4699・7140
Fax 4699・7141

■れきし館ワークショップ

【博物館実習生とつくる
わくわくワークショップ】

日時 8月20日(日)

午後2時～3時30分

※申込不要、参加無料

■紙すき体験をしよう！

日時 8月27日(日)

午後2時～3時30分

※申込不要、参加無料

■押絵ストラップをつくろう！

日時 9月3日(日)

午後2時～3時30分

定員 15人(先着順)

申込 8月21日(日)以降に電話または直接

※参加無料



■城郭鑑賞の基礎知識

第7回 天守と櫓

日時 9月11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)

文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

申込 8月21日(日)以降に電話または直接

■泉佐野ふるさと町屋館

(旧新川家住宅)

☎4699・5673

■新川家教室

●仕舞・謡曲…8月16日(火)
午後1時～

●フルート教室…8月18日(木)
午後1時～

申込 開催日の3日前まで

■恒例朝市

日時 8月13日(日) 午前9時～正午

■夏休み！昔遊びつてなくに？

家族や友だちと、古民家の座敷や縁側、外蔵で「昔あそび」をしませんか。

日時 8月7日(日)・14日(日)・21日(日)

午前10時～午後3時

内容 こま返し、けんだま、折り紙、紙相撲、お手玉、はごみ将棋、ぺこ回り、五目並べなど

※申込不要、参加無料

各種歴史

■市民大学講座

「大阪からみる鎌倉時代」

大河ドラマ「鎌倉殿の13人」とリンクする形で、鎌倉時代の西国、

特に大阪府域を中心とした武士たちと鎌倉幕府や朝廷との関係に視点を据えてお話しします。

日時・内容(全2回)

●9月2日(金) 午後1時30分～3時

時・鎌倉幕府の成立と中世大阪の武士団

●9月16日(金) 午後1時30分～3時

時・承久の乱と中世の大阪

対象 両日とも参加できる人優先

定員 24人(先着順)

講師 生駒孝臣さん

(花園大学 准教授)

資料代 200円(2回分)

持ち物 筆記用具、飲料水

場所・申込・問合先 8月9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(☎4699・7120 Fax 4699・7121)へ

■第10回 いずみさの検定

試験問題は事前に販売するテキストから出題します。80%以上を正解した人が合格となり、合格者には「いずみさの通」の認定証を贈呈します。

試験日 11月3日(祝)

試験会場 エブノ泉の森レセプションホール

実施級 1・2・3級

「テキスト・過去問題の販売」

販売時期 9月予定

販売場所

●文化財保護課事務所(上瓦屋

610番地 ☎447・6766)
●まちの活性課(上町3丁目11番48号 ☎4699・3131)

販売価格

●テキスト…500円

●過去問題…400円(予定)

※テキスト、過去問題とも市ホームページから無料でダウンロードもできます。詳しくはいずみさの検定のチラシ、ポスターをご覧ください。

問合先 文化財保護課(☎447・6766)



■遊休不動産活用セミナー

「滅びない商店街のつくりかた」

空き店舗などの遊休不動産が増え続けている今日、北九州市の事例を通じて、遊休不動産の活用が地域の価値を向上させることや、遊休不動産が増え続けること

のまちの影響などを講演します。

日時 8月17日(火)

午後6時～7時30分

※オンラインで行います。

講師

●梯 輝元さん

(中屋興産(株) 代表取締役)

●嶋田洋平さん(株)らいおん建築事務所 代表取締役)

定員 50人(先着順)

申込・問合先 (一社) バリユー・リノベーションズ・さの(☎477・7365)
※参加無料。詳しくはホームページ(https://vr-sano.com/)をご覧ください。



▶申込QRコード

■泉佐野市民オーケストラ

第45回定期演奏会

今年で45回目の演奏会となるオーケストラで、今年度は泉佐野市が開催する「いずみさの第九コンサート」への出演も決定し、みなさんにオーケストラをより身近に感じてほしいと思います。ぜひ来場してください。

日時 9月4日(日) 午後2時～

場所 エブノ泉の森大ホール

指揮 橋本徹雄さん

曲目

●ボロディン…交響曲第2番

●ジブリ音楽メドレー

●ベートーヴェン…交響曲第9番

抜粋

問合先 生涯学習課(☎4699・7132)

※入場無料

その他 (つづき)

■泉佐野市の

海外友好都市を旅しよう！

ツアーガイドは泉佐野市国際交流員で自国、友好都市を紹介します。

開催日・内容

●9月6日(火)：モンゴル編

●9月13日(火)：中国編

●9月27日(火)：ウガンダ編

時間 午後1時30分～3時

対象 市内在住・在勤者

定員 各16人(先着順)

※個別受講可

講師 泉佐野市国際交流員(モンゴル、中国、ウガンダ出身)

持ち物 飲料水、筆記用具

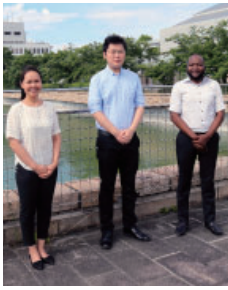
場所・申込 8月10日(火)以降に電話、FAXでレイクアルスター

ラザ・カワサキ生涯学習センター

(☎469・7120 Fax469・7121)へ

問合せ先 自治振興課

※受講無料



- ▶国際交流員(右から)の
- エマニエルオチヨラ
- 趙鑑
- バーサンフーオユンゲレル

■観月祭～竹灯籠月あかり～

多くの市指定文化財がある妙光寺で、竹あかり約1,000個を展示します。

日時 9月10日(出)

午後6時～9時(予定)

※雨天決行(荒天の場合は中止の場合あり)

場所 本覺山妙光寺(市場西3丁目9番1号)

問合せ先 新池中学校区地域教育協議会 有志の会事務局(竹田 ☎090・3614・3715)

※参加無料

▼竹あかり



■犬鳴山修行モニターツアー

(一社) 泉佐野シテイプロモーション推進協議会(CO)では、

大阪体育大学やモンベルとコラボレーションした日帰りの「犬鳴山修行モニターツアー」を開催します。

犬鳴山で大阪体育大学が剣道など日本の精神文化を体験できる

武道を指導するほか、モンベルが

山岳道の歩き方や装備などについてアドバイスを行います。また、

犬鳴山七宝龍寺では、滝行や護摩

祈禱などを体験できます。

※集合は南海「難波」駅3階改札口

分～午後6時40分頃

開催日 9月17日(出) 午前7時45

分～午後6時40分頃

※集合は南海「難波」駅3階改札口

定員 15人(申込多数の場合は抽選)

申込・問合せ先 (一社) 泉佐野シ

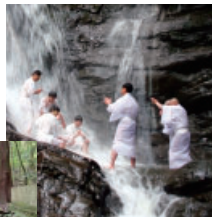
テイプロモーション推進協議会

(CO) (☎461・0005)

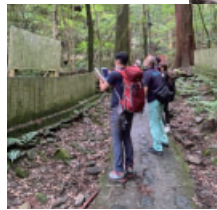
※参加無料。申込方法など詳しくはホームページ

(<https://cp-japan.or.jp>)をご覧ください。

▶滝行



▶登山



■泉佐野丘陵緑地

「竹細工教室」

「六芒星編みかごを作ろう!」

泉佐野丘陵緑地のボランティア

「パーククラブ」は公園の豊富な

竹を利用して、竹細工に取り組んで

います。今回は蜘蛛の巣のよう

な編み目の六芒星編みかごを作り

ます。2日間かけて竹から竹ひご

を作り、3日目で編み上げます。

※刃物を使用します。

日時 10月15日(出)・16日(日)・22日

(出) 午前10時～午後3時(全3回)

※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 全回参加できる高校生以上

定員 8人

※申込多数の場合は抽選

参加費 500円

持ち物 作業用ゴム手袋、昼食、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

は運動靴で

申込・問合せ先 10月5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

※詳しくはホームページ(<http://zumisano-kyuho.jp/>)をご覧ください。ホームページからも申

込できます。

■消費者ホットライン

188とは?

消費者ホットライン188(局番なし)は近くの消費生活セン

ターなどの消費生活相談窓口を案内することにより、消費生活相談

の最初の一步をお手伝いするものです。例えば「悪質商法等による被害にあった」「ある製品を使っ

てケガをしてしまった」「お試し購入のものが定期購入契約になっていた」などの消費者トラブルで困っていませんか?

また、「新型コロナワクチンが接種できる。後日全額返金されるので10万円を振り込むように」との不審な電話がかかってきた」などの新型コロナウイルスに関連したトラブルや、「豪雨で雨漏りし修理してもらったがさらにひどくなった」などの災害に関するトラブルで困っていませんか?

問合せ先 まちの活性課(☎469・3131)

一人で悩まず、まずは相談

大切なのは、すぐに相談することです。困ったときは、

一人で抱え込まないで、「消費者ホットライン」「いやや」(局番なしの188)「まで電話

をしてください。

「泣き寝入りは超いやや(188)!!」で覚えてね



▶消費者庁 消費者ホットライン188イメージキャラクター「イヤヤン」