



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

健康

福祉

歴史

その他



文化・教養

佐野公民館

☎463・6181
Fax 469・2243

■目元メイクのお悩み相談＆ ワンポイントアドバイス

眉の描き方や色の入れ方、目元メイクの悩み、何でも相談してください。顔全体の印象も大きく変わります。

日時 5月24日(水)

●午後1時～1時45分

●午後2時～2時45分

対象 16歳以上

定員 各6人（先着順）

講師 園田優子さん（メナードフエイシャルサロン泉佐野日根野オーナー）

持ち物 スタンドミラー、髪留め、目元のメイクアイテム（アイシャドウや眉用ペンシル、アイライナーなど）

申込 5月6日(出)以降に電話、FAXで。キャンセルは5月18日(休)まで

※受講無料。講座終了後、プチプレゼントをお渡しします。



■料理講座

「今年の夏はスタミナ料理で乗り切ろう！」

日時 6月9日(金)

午前10時～午後1時

メニュー 豚スペアリブの梅煮、ミニ春巻2種、白菜と生姜の甘酢漬、あさりと春雨のスープ、マンガープリン

対象 16歳以上

定員 8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 5月11日(休)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月2日(金)まで

日時 6月16日(金)
午後1時～2時45分

対象 16歳以上

定員 8人（先着順）

講師 萩晃民子さん（佐野公民館登録クラブ講師）

申込 5月12日(金)以降に電話、FAXで。キャンセルは6月13日(休)まで



■琴クラブ体験講座

日時 5月26日(金)～6月28日(日)
投票期間

※受講無料。琴は琴クラブが準備します。

クラブ員募集

「琴クラブ」

初心者の人、歓迎します。琴(箏)の美しい音色を楽しみましょう。

日時 第1～3・5金曜日

午後1時～3時

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。絵本や手遊びを通してお子さんと一緒に英語を楽しみましょう！

日時 5月10日(水)

午前11時～11時30分

定員 30人（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。

■絵本キャラクター総選挙

あなたが好きな、絵本のキャラクターは誰ですか？なつかしい絵本や今ハマっている絵本の中から、お気に入りのキャラクターに投票してください。誰がいちばん人気なのか、結果を楽しみにしてください。

投票期間 5月26日(金)～6月28日(日)

投票場所 レイクアルスタープラザ・カワサキ中央図書館
結果発表 7月7日(金)～26日(休)までポスターを掲示



■午後のキネマ

「ロボット修理人のAi」

日時 5月13日(出) 午後1時30分～

(開場：午後1時15分)

上映時間 108分

定員 50人（先着順）

※申込不要、入場無料。毎月第2土曜日に一般向け映画の上映を予定しています。

■図書館DEボードゲーム！

ワイワイ楽しむものから一人でじっくり遊ぶものまで、奥が深いボードゲームを市立図書館でも体験してみませんか？

日時 6月11日(日)

①難易度1～2（かんたん）…午前10時～正午

②難易度3以上（むずかしい）…午後2時～4時

※開場はいずれも開始15分前

定員 各15人（先着順）

対象 小・中学生

※保護者付き添い可。②は大人の参加も可

申込 5月23日(水) 午前9時30分

以降に直接または電話で

文化・教養(つづき)

日根野公民館

☎450・3900
Fax 468・0011

■和の発酵ごはん
〜日本の風情に

心とカラダを整えて

日時 5月26日(金)

午前10時〜午後0時30分

メニュー 初夏のてまり寿司、イワシの香味巻き焼き、塩糍豆腐とフレッシュ豆の和風サラダ、ズッキーニと切干大根のさっぱり梅和え、初夏野菜と梅干のすまし汁

対象 16歳以上

定員 10人(先着順)

講師 辻井侑里子さん(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、ふきん、三角巾、タオル、筆記用具

申込 5月6日(出)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは5月20日(出)まで



文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

■大人のピアノ講座(全2回)
〜めざせピアノ!〜

初心者からのピアノ講座で楽譜が読めなくても大丈夫です。

開催日 6月13日(火)・27日(火)

時間 午後1時〜、午後2時〜

対象 16歳以上

定員 10人×2グループ(先着順)

講師 高野真理子さん(生涯学習センター登録クラブ講師)

持ち物 筆記用具

申込 5月19日(金)以降に電話、FAXで

※受講無料

■ライフスタイルラザ・カワサキ
生涯学習センター

☎469・7120
Fax 469・7121

■「アンコール企画」

梅加工講習会

〜こんなになすごい!

健康食品「梅」の効能



「梅」は昔から体に良いとされてきた伝統的な健康食品です。疲労回復、食欲増進、カルシウムの吸収促進、高血圧や動脈硬化の抑制、食中毒予防、抗酸化作用などが期待できます。梅シロップと梅

ジャム、梅味噌を持ち帰ります。
※梅ジュースの試飲と梅ジャムの試食あり

日時 5月31日(水)

午前10時〜正午

対象 昨年度未受講者優先

定員 20人(先着順)

講師 田辺市役所 農業振興課職員

材料費 300円

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、ふきん2枚、手拭き用タオル、広口の1ℓ容器、350g入る容器、200g入る容器、筆記用具

申込 5月10日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは5月24日(水)まで

※一時保育(若千名・先着順)あり、希望者は申込時に

■「アンコール企画」
苔玉盆栽を作って育てよう!

苔玉(用土を丸めて苔を周囲に貼り付けた育て方のもの)にヤマアジサイを植栽します。



初めての人も大丈夫です。この機会に一度挑戦してみませんか?

※盆栽の高さは約30cm、苔玉のサ

イズは直径約10cmです。植物のため、サイズは若干の高低差があります。

日時 6月1日(木)

午前10時〜正午

対象 昨年度未受講者優先

定員 20人(先着順)

講師 神藤知治さん(金久(主宰)

材料費 2,000円

持ち物 はさみ、エプロン、ビニール手袋(両手分)、持ち帰り用袋、手拭き用タオル

申込 5月11日(金)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは5月25日(木)まで

※一時保育(若千名・先着順)あり、希望者は申込時に

■癒しの塗り絵アート体験講座

色を重ねたり、濃淡のグラデーションをつけたりすることで、世界で一つの芸術的なアートを完成させませんか?

塗り絵に集中していると雑念が消えて瞑想している時と同じような状態になるため、自然と呼吸も深くなり自律神経のバランスが整っていくそうです。一度体験してみませんか?

日時 6月15日(木)

午前10時〜正午

定員 16人(先着順)

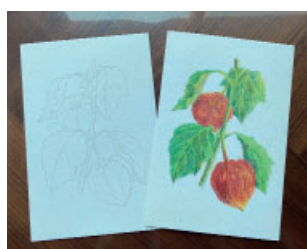
講師 大田眞規子さん(日本美術家連盟会員)

受講料 500円(塗り絵台紙(ハガキサイズ)、塗り絵完成見本、18色(ミニ色鉛筆含む)

持ち物 クリアファイル(持ち帰り用)、鉛筆削り

申込 5月16日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月6日(火)まで

※一時保育(若千名・先着順)あり、希望者は申込時に



■Show-gaku お笑い寄席

〜笑つ門には福来る〜

泉佐野落語ワークショップが落語など寄席芸を披露します。

日時 6月18日(日)午後2時〜

(開場:午後1時30分)

定員 80人(先着順)

出演 泉佐野落語ワークショップ

(佐野公民館登録クラブ)

整理券配布 5月9日(火)以降にライフスタイルラザ・カワサキ生涯学習センターで(電話での申込はできません)

※入場無料



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

■ビジュ

シューズアクセサリ

キラキラ可愛いシューズアクセサリを作りましょう！いつものパンプスやスニーカーが可愛く華やかになります。クリップタイプなので使い方もいろいろあります。

※2個で1セットになります。

日時 5月24日(水)

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 2,400円（材料費含む）

持ち物 拡大鏡

または老眼鏡

申込 5月8日

（月）以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは5月17日(水)まで



■管理栄養士が指導する

「萌え断」サンドウィッチ

栄養たっぷりだからだも喜ぶ！カラフルな断面のサンドウィッチで、家で作るの難しそうない

メージですが、プロから切り方や包み方などアドバイスもらいながら作ります。卵サンドまたはサラダチキンサンド(BBQソース)を選んで調理します。

日時 5月26日(金)

午前10時～正午

対象 16歳以上

定員 8人（先着順）

講師 荷輪昂平さん（管理栄養士）

受講料 550円（材料費含む）

持ち物 エプロン、ゴム手袋、台拭き、手拭き用タオル、三角巾

申込 5月9日

（月）以降に電話、

FAXで。受講

料の納入・キャン

セルは5月22

日(月)まで



■PPバンドで

カラフルあみみみバッグ

軽くて丈夫で、水や汚れに強いPPバンドで、夏らしいカラフルなバッグを編みます。色は選択できます。(28cm×22cm)

日時 5月30日(火)、6月6日(火)

13日(水)午前10時～正午（全3回）

対象 16歳以上

定員 15人（先着順）

講師 松川扶美さん（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 はさみ、カッターナイフ、

洗濯ばさみ20個、1m以上のメジャー、布ガムテープ

申込 5月10日(水)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは5月23日(火)まで



■泉佐野地域ポイントカード

「さのぼ」

「さのぼ」ってなに？どこで使えるの？しくみや利用の仕方について分かりやすく教えてくれます。持っていない人は講座終了後に作れます。

日時 5月29日(月)

午後1時30分～2時30分

対象 16歳以上

定員 30人（先着順）

講師 まちの活性課 職員

申込 5月9日(火)以降に電話、FAXで。キャンセルは5月22日(月)まで

■フェイク多肉植物の寄せ植え

丸みのあるフォルムがかわいいフェイク多肉植物の寄せ植えです。フェイクなので日当たりや湿度など気にせず長く楽しむことができます。

日時 6月14日(水)

午前10時～正午

対象 16歳以上

定員 10人（先着順）

講師 川崎陽子さん（北部市民交流センター本館登録講師）

受講料 3,000円（材料費含む）

持ち物 針金がきれるはさみ

申込 5月10日(水)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは6月7日(火)まで

■第1回日本漢字能力検定 (2～10級)



日時 6月24日(土)午後2時～3時（8～10級は40分）

受験料 8～10級：1,500円、5～7級：2,000円、準2級～4級：2,500円、2級：3,500円

定員 50人（先着順）

申込 検定料を持参し事務室へ。検定料の納入・キャンセルは5月24日(水)まで

■手軽に作ろう

ヘルシーごはん（春）

健康を保ちましよう！

日時 5月30日(火)

午前10時～午後1時

■風呂敷活用講座

風呂敷を楽しく使うために「包む（ラッピング）」ことと「利用する」ことのふたつの面から、風呂敷の様々な活用法を学びます。

※講師が風呂敷を用意しますが、包みたい風呂敷があれば持参可

日時 5月31日(水)

午前10時～正午

定員 12人（先着順）

対象 16歳以上

講師 安田幸子さん（旬お包み研究所風呂敷マイスター）

資料代 100円

持ち物 筆記用具、風呂敷を持参する場合は1辺が100cm以上のもの

申込 5月11日(木)以降に電話、FAXで。キャンセルは5月23日(火)まで

メニユー 筍ごはん、ゆで鶏サラダ風、スナップエンドウの卵とじ、クレープ

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 1,000円

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、マスク

申込 5月10日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは5月23日(火)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）

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
「今日も味、栄養を考えた
ヘルシー中華」

～1食で野菜を1日分の
2／3摂取！～

日時 5月23日（火）
午前10時～午後1時
（健康マイレージ対象）

メニュー 韓国風五目めし（ピピ
ンバ）、ハムと野菜のキャベツ巻
きサラダ、じゃが芋とベーコンの
炒めもの、五目スープ、オレンジ
ムース

定員 15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 5月9日（火）午前9時～16
日（火）に本人が電話で。材料費の納
入・キャンセルは5月16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

「ピクトリアケーキ」

イギリスでとても人気のあるお
菓子です。バターケーキの生地に
生クリームやジャムを挟んだ、シ
ンプルで美味しいケーキです。ア

文化・教養 健康

フタヌーンティーにいかがでしょ
うか？他にもう一品作ります。

日時 6月5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 1,200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（直径15cmの1／2サイズ
を持ち帰り）

申込 5月9日（火）午前9時～19
日（金）に本人が電話で。材料費の納
入・キャンセルは、5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。

南部市民交流センター
青少年センター

☎4666・1745
Fax 4666・1779

いずれも申込は電話で専用電話
番号（☎4499・4760）へ

■アルコール企画

「陶芸教室・パン作り教室」

2講座とも3月に実施して大好
評だったものです。

※未受講者優先

【陶芸教室】

～お皿を作りましょう～

日時 5月13日（土）午後2時～4時

場所 らいふらいんぐらいんぐいず
みさの

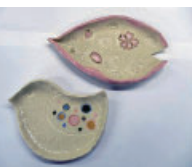
対象 小・中学生、保護者

定員 15人（先着順）

福祉 歴史

講師 岩橋徳治さん
材料費 1,000円
申込 5月8日（月）以降に電話で。

材料費の納入・キャンセルは5月
12日（金）まで。子
どものみの参加
可。大人のみ参
加不可。見学は
できません。



「カスタードクリーム入りの
うさぎパン作り」

作ったものは持ち帰ります。

日時 6月24日（土）午後2時～4時

場所 佐野公民館

対象 小・中学生

定員 11人（先着順）

講師 木村明美さん

参加費 500円

申込 5月15日（月）以降に電話で。

材料費の納入・キャンセルは5月
19日（金）まで

各種文化・教養

■癒されWeek

開催日 （5月）	講座名
①16日（火）	プリザーブドフラワー アレンジメント
②20日（土）	ハーバリウム
③20日（土）	ハーバリウム ディフューザー

時間 ①午前10時30分～午後0時30分、

その他

午後1時30分～3時30分
②午前10時30分～午後0時30分
③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

各2,800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（二財）泉佐野みどり
推進機構 りんくう中央公園（☎

4699・3332）へ



健康

長南公民館

☎4655・0786
Fax 4655・1103

■リラクシングヨガ体験講座

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
促進して、むくみ解消や代謝・免
疫力アップにつなげます。

日時 5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 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

※服装は動きやすいもので

申込 5月9日（火）以降に電話、F
AXで。キャンセルは5月23日（火）
まで

※受講無料

■生活習慣とその予防
～放っておけない

サイレントキラー～

高血圧をはじめ、様々な疾患と
も密接な関係がある血管年齢。実
際に血管年齢の測定を行い、今よ
り更に血管年齢を若くするための
話をします。

日時 6月1日（日）

午前10時～11時30分

定員 12人（先着順）

対象 16歳以上

講師 戸川真早美さん（近畿中央
ヤクルト販売株）

持ち物 筆記用具

申込 5月10日（水）以降に電話、F
AXで。キャンセルは5月27日（出）
まで

※受講無料



健康 (つづき)

佐野公民館

☎4633・6181
Fax 4699・2243

■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。体も心ものびのびさせてあげましょう。

日時 5月27日(出)

午前10時30分～正午

対象 16歳以上

定員 16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

申込 5月9日(火)以降に電話、FAXで。キャンセルは5月24日(水)まで

※受講無料

■ピラティス

～体幹を鍛えて、

カラダのバランスを整えよう～

日時 5月30日(火)

●午前10時～10時50分

●午前11時10分～正午

対象 16歳以上

定員 各14人(先着順)

講師 北川りょうこさん(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

申込 5月10日(火)以降に電話、FAXで。キャンセルは5月27日(出)まで

※受講無料

健康推進課

☎4633・1212
Fax 4644・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 5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(二松風台西) 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

※申込不要、参加無料。服装・靴は運動のできるもので

■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(全2回)

●5月25日(木)・自宅でするストレッチ体操や簡単筋トレ

●7月13日(木)・2カ月続けたからだの変化を話し合おう

時間 午前9時30分～11時

場所 健診センター

対象 全回受講でき、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 5月8日(月)～19日(金)(土・日曜日除く)に電話、FAXで

※受講無料

各種健康



■姿勢特化型

リハビリウォーキング

介護予防講演会

(健康寿命ウォーキング)

日時 5月18日(木)

午後1時30分～3時

(受付:午後1時15分～)

場所 佐野公民館

内容 「いつまでも自分の足で歩けるからだづくり」

●足圧バランス測定

●介護予防の話「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 泉佐野市の介護保険被保険者の人(シルバーカー・ステッキを使用している人、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で医師から運動を止められていない人)

定員 25人(先着順)

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

電話で(一社)健康寿命世界一(☎06・6748・0215 Fax 06・6748・0216)へ

問合せ 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。

■東洋医学から見る

「男性の更年期対処法」

更年期の不調は女性だけのものではなく、男性にもあります。男性の更年期の症状や、更年期による不調を緩和させることができる対処法をツボ押しの実践を交えながら教えます。

日時 5月21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 男性、テーマに関心のある人(カップルでの参加可)

定員 15人(先着順)

講師 A K E M I さん(鍼灸師)

持ち物 筆記用具

申込・問合せ 電話、FAXでいずみさの女性センター(☎・Fax 4699・7125)へ

※受講無料。一時保育(若干名・3カ月(就学前)あり、希望者は申込時に)

■おやこヨガ

～パパ・ママとお子さんの健康づくり～

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&リラックスしましょう!

開催日 5月24日(水)

時間・内容・対象

●午前10時～10時45分・などでヨーガ・5、6カ月のおすわり期～はいはい期の乳児と保護者

●午前11時15分～正午・まねまねヨーガ・よちよち期～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 5月9日(火)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(☎4699・7130 Fax 4699・7131)へ

※参加無料

※各施設の受付時間は、25ページをご覧ください。

文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

健康サポート教室

「骨盤底筋群エクササイズ」

(健康マイレージ対象)

身体の中心部に近いインナーマッスルの1つ骨盤底筋群。軽い尿漏れなどで悩む人は、ぜひ参加してください。一緒にエクササイズしませんか？

日時 5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 ヨガマット、タオル、室内用のひも靴、飲料水

※服装は動きやすいもので

場所・申込・問合先 5月9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)へ

※受講無料

■ヤクルトとともに

人生100年時代を生き抜く！

楽しいゲームやグランプリに参加してプレゼントをもらおう！

開催日・内容

●5月23日(火)・あなたの魅力を引き出す四つ葉のクローバー

●6月27日(火)・体の神秘～生命を支える自律神経～(血管グランプリ)

●7月18日(火)・オンライン工場見

学～ソファールができるまで～(骨密度グランプリ)

●9月12日(火)・腸から整えるカラダとココロ(ヤクルト容器でお相撲さんを作ろう！相撲ヤクルト秋場所開催)

時間 午後1時～2時30分(全4回)

対象 16歳以上

定員 30人(先着順)

講師 戸川真早美さん(近畿中央ヤクルト販売)

持ち物 筆記用具

学～ソファールができるまで～(骨密度グランプリ)

●9月12日(火)・腸から整えるカラダとココロ(ヤクルト容器でお相撲さんを作ろう！相撲ヤクルト秋場所開催)

時間 午後1時～2時30分(全4回)

対象 16歳以上

定員 30人(先着順)

講師 戸川真早美さん(近畿中央ヤクルト販売)

持ち物 筆記用具

場所・申込・問合先 5月9日(火)

以降に電話、FAXで北部市民交流センター本館(☎466・57

25 Fax466・5726)へ。キャンセルは5月17日(水)まで

※受講無料

■フラダンス体験講座

～心もリラックスする

フラダンス！

日時 6月2日(金)午後3時～4時

対象 16歳以上

定員 15人(先着順)

講師 後藤京子さん(フラナレイアロハ泉佐野主宰)

持ち物 タオル、飲料水

※服装は動きやすいもので

場所・申込・問合先 5月16日(火)

以降に電話、FAXで日根野公民館(☎450・3900 Fax468

・0011)へ ※受講無料

■今、話題のマシンピラティス

体験講座

～マシンピラティスで

カラダを整えましょう！

ピラティスはリハビリを目的として開発されたエクササイズで100年以上の歴史があります。今回は「リフォーマー」というマシンを使ったピラティスを体験できます。ぜひ参加してください。

日時 6月7日(火)

午後1時30分～2時10分

●午後2時25分～3時5分

●午後3時20分～4時

定員 各6人(先着順)

講師 奥野安加里さん

(JUNO-PILATES代表取締役)

場所・申込・問合先 5月12日(金)

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。キャンセルは5月31日(水)まで

※受講無料。一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に

地域子育て支援センター
つくしんぼ
☎4699・0660
Fax4699・0670

福祉
福祉

■あそびの広場

～リトミック&あじさい制作～

日時 6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

■つくしんぼ子育て講座

「子どもの言葉が生まれる時

0～2歳(実践編)

子どもが言葉をしゃべる前に、しておくべき大人の関わりについて、子どもと一緒に遊びながら考えてみませんか？

日時 6月8日(木)

午前10時～11時30分

場所 次世代育成地域交流センター

対象 3カ月～就学前の親子、妊婦(もつすぐパパママになる人)

定員 10組の親子と妊婦5組(先着順)

講師 地頭所孝子さん(育ちあい研究所所長)

申込 5月8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

■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 6月28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

■土曜日のパパ参加企画

子育て講座

「身体を使って遊ぼう！」

普段よく遊んでいる体育遊具などで遊びます。子どもと一緒に身体をいっぱい使って遊びましょう。

日時 7月8日(日)

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 子育て支援センター保育士

申込 6月5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



福祉 (つづき)

各種福祉

FAXで基幹包括支援センターいずみさの (☎464・2977 462・5400) へ
Fax

2・3・5・7・9
※申込不要

■愛の献血

ご協力をお願いします。

日時 5月7日(日)

午前10時～午後4時

場所 いこらもぐる泉佐野

問合せ 地域共生推進課



■権利擁護型 地域ケア会議研修
～成年後見制度と市民後見人の活躍について知ろう～
成年後見制度について学びながら、市内で活躍中の市民後見人の生の声を聞いてみませんか。

日時 5月13日(日)

午後1時～3時

場所 社会福祉センター

定員 60人(先着順)

内容・講師

●「成年後見制度について」・新宮 進さん(社会福祉士)

●「市民後見人の活躍について知ろう」・泉佐野市市民後見人

申込・問合せ 前日までに電話、

※参加無料

■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 5月14日(日)

午前10時～午後1時

内容 ミニライトモルック、音楽、ハンドマツサージ

※フィンランド生まれの競技で小型室内用のミニライトモルック体験と練習をします。

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 5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

参加費 100円

問合せ 奥村(☎070・231

■第1回

シャッピーハウス掘り出し市

ハンドメイド作品やリサイクル品などの物品販売を予定しています。入場無料のフリーマーケットです。ぜひお立ち寄りください！

日時 5月17日(火)

午後1時～3時30分

場所 シャッピーハウス(佐野公民館隣)

問合せ 泉佐野市社会福祉協議会 (☎464・2259)

※駐車場はありませんので公共交通機関などでお越しください。



■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 5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 (☎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。

■baby & kids festa

子育て中のママやパパと子どもが安心して楽しく一緒に時間を過ごせるイベントです。どなたでも参加できるので多世代のつながりもつくるができます。音育あそびや親子でワークシヨップ、ハンドメイド雑貨など沢山のブースが来店。キッチンカーで美味しいランチやスイーツ、コーヒーなどもあります。

日時 5月18日(木)

午前10時～午後3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

後援 泉佐野市、泉佐野市教育委員会、泉佐野社会福祉協議会

問合せ NPO法人 おやとこら いぶねっこ(谷口 ☎090・5097・0404)

※申込不要

■子育て支援講座⑦

パティシエ・ウィズのパティシエがおちるよ！

フルーツ大福

日時 5月28日(日) 午後1時～3時

場所 日根野公民館

メニュー フルーツ大福

対象 3歳以上の子どもと保護者

定員 5組(先着順)

講師 西 道子さん

材料費 1組1,200円

持ち物 エプロン、三角巾、大福を入れるケース

申込・問合せ 5月8日(月) 午前9時以降にNPO法人ウィ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

■(公財)在宅医療助成勇美記念財団助成事業 出前市民講座

開催日 5月28日(日)

場所 いこらもぐる泉佐野2階

いこらの森ホール

【出前講座】

時間 正午～、午後2時～

内容 「いのちとお金の備え塾」講師 柴本美佐代さん(一社)ら(小理事)

【各専門家への相談】
時間 午後0時30分～3時30分
※1人30分(要事前予約・先着順)

相談内容 相続・遺言、実家、空き家対策、保険・年金、老後資金、エンディングノート、医療(治療、体調、かかりつけ医など)、在宅介護、高齢者施設や住宅の住み替え、認知症、がん

いずれも

申込・問合せ(一社)ら(☎468・8395)

※参加無料。椅子に座って誰でもできる「ケアリング・ヨーガ」「ハンドケア」「血圧測定」など体験あり

文化・教養

健康

福祉

歴史

その他

福祉(つづき)

■わたぼうしの子育て講座

「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、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？自由に遊びながら、相談出来るような講座です。

日時 6月28日(水)

午前10時～11時30分

※助産師への相談は10時30分～11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 5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(☎・Fax 447・6223)へ

※受講無料



歴史

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：5月12日(金) 午前10時～

●仕舞・謡曲教室：5月16日(火) 午後1時～

●フルート教室：5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 5月20日(土) 午前9時～

■ふるしき手作りマーケット

日時 5月20日(土) 午前10時～午後4時

■第1回 そば打ち体験

旧新川家住宅の外蔵でご自身で打った「二八そば」の打ちたて、湯がきたてを味わってみませんか？

日時 5月14日(日) 午前10時～午後1時30分

講師 川谷裕之さん

定員 8人(先着順)

参加費 1人2,000円

※出来上がり5人分のうち4人分は持ち帰ります。

持ち物 エプロン、タオル、ハン

文化・教養 健康

福祉 歴史

その他

ダナ、マスク
申込 5月6日(土)～11日(木)に直接または電話で



■Salon de 喜々

第9回 樋口コレクション

～東京友禅・加賀友禅・京都友禅～

日時 5月6日(土)・7日(日) 午前11時～午後4時

●第1会場：「泉佐野ふるさと町屋館」(旧新川家住宅) 一部展示・入場無料

●第2会場：「芝蘭堂」(旧山本家住宅) 日本三大友禅を優雅に豪華に展示(入場料 1,000円)

■絹糸作り～繭から糸へ～

下村 輝さん(下村燃糸社長)による座繰り糸の実演です。

日時 5月7日(日) 午後1時～3時

主催 着物するべの会

受講料 1,500円

■旧新川住宅外蔵の常設展示が新しくなりました

「まだまだあるある泉佐野・佐野町場」を写真・解説をつけ展示しています。ご覧の後は街歩きをしてお楽しみください。

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

■民間信仰～天神・牛神～

日時 5月28日(日) 午後1時30分～3時

定員 30人(先着順)

講師 橋本七海(学芸員)

申込 5月6日(土)以降に直接または電話で

■れきし館ワークショップ

「ねんど消しゴムをつくろう！」

日時 5月6日(土) 午後2時～3時30分

※申込不要、参加無料。材料がなくなり次第終了



「ミニお道具箱をつくろう！」

日時 5月20日(土) 午後2時～3時30分

定員 15人(先着順)

申込 5月6日(土)以降に直接または電話で

※参加無料



「ミニ草履ストラップをつくる」

日時 6月3日(日) 午後1時30分～2時30分

●午後2時45分～3時45分

定員 各8人(先着順)

申込 5月21日(日)以降に直接または電話で

※参加無料



各種歴史

■日本遺産「日根荘講座(第5回)

～日根荘と戦国期室町幕府～

日時 5月23日(水) 午後1時～2時30分

対象 16歳以上

定員 30人(先着順)

講師 家治清真(文化財保護課職員)

申込 5月9日(火)以降に電話、FAXで日根野公民館(☎ 450・3900 Fax 468・0011)へ

※受講無料



その他イベント

■泉佐野市内に居住する外国人のための「インターナショナル・エクスチェンジ」(交流会)

慣れない日本で悩みはありませんか? 国際交流スタッフのほか、福祉の相談員もいますので、気軽にお越しください。お米やお野菜などの無料配布もあります。

日時 5月13日(出)、6月10日(出)、7月15日(出)

※午前10時から食料配布チケットを配布します。

●交流会: 午前10時~10時30分

●食料配布: 午前10時30分~11時

場所 らいふらいんぷらざいずみ

この

共催 (一財) 泉佐野電力、(社福) 泉佐野市社会福祉協議会、NPO 法人 泉佐野地球交流協会

協力 北中マルシェ

問合せ先 泉佐野市社会福祉協議会

(☎464・2977 eメール: info@izumisano-shakyo.or.jp)

※詳しくは泉佐野電力のホームページ (https://izumisano-pps.or.jp) をご覧ください。



■泉佐野観光ボランティア協会企画「風薫る泉州歴史街道を往く」

「旧街道(紀州・熊野)が通る町いずみさの」

日時 5月14日(日) 午前9時30分~午後2時(予定)

集合場所 加支多神社

解散場所 歴史館いずみさの

コース 集合↓四角池↓道の池↓松浪米蔵顕彰碑↓元成寺↓佐野王子跡↓泉の森ホール前(昼食)↓解散(約7km)

※現在頭如上人の隠れ井戸は見学出来ません。小雨決行。当日午前7時現在、降水確率50%以上で中止

定員 50人(先着順)

参加費 大人300円(傷害保険料・資料代)、小学生以下100円

持ち物 弁当、飲料水、雨具、敷き物

申込・問合せ先 5月11日(木)までの午前10時~午後4時に電話、FAX、eメールで泉佐野ボランティア協会(☎458・3901 Fax 415・1427 eメール: sano-noeemon@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・3849・3601)へ

■地球理解講座

「ウクライナに届け」

「平和へのメロディー」ウクライナと親交の深いヴァイオリニストが、演奏を通して同国の魅力と現状を伝えます。会場に募金箱を設置しますので、人道支援のための募金にご協力お願いします。

日時 5月28日(日) 午後3時~

場所 エブノ泉の森レセプションホール

定員 150人(先着順)

講師 澤田智恵さん(日本ウクライナ芸術協会代表)

申込・問合せ先 火~土曜日の午前10時~午後5時にNPO法人 泉佐野地球交流協会(☎429・9741 Fax 429・9742 eメール: ca@icagr.jp)へ

※参加無料

■田植え体験・見学会

親子で田植えしてみませんか。参加者には稲束をさしあげます。

日時 6月7日(火) 午前11時~正午

※小雨決行

場所 下瓦屋青少年広場西側の下瓦屋南ほ場整備地区

■泉佐野丘陵緑地 「お米づくりを体験しよう」

泉佐野丘陵緑地のボランティア「パーククラブ」と一緒に、昔ながらの方法でのお米づくりを園内の棚田で体験しませんか。6月にお米の苗を手で植え、7月は草とりをした後、園内から刈りだした竹で流しそつめんを楽しみます。10月には黄金色に実った稲穂を鎌で刈り、天日に干して乾かした後、足ふみ脱穀機と唐箕を使って脱穀をします。全4回のプログラムです。

日時 6月10日(出)、7月8日(出)、10月1日(日)・21日(出) 午前10時~正午(全4回)

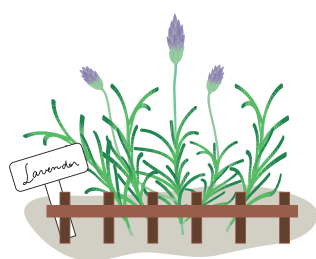
※雨天決行、荒天中止

対象 就学前の子どもと保護者

申込 FAXで氏名・変更となった場合の連絡先を記入し、(Fax 463・2147)へ

問合せ先 下瓦屋地域協議会(田植え担当) ☎090・8828・9878

※参加無料



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3年生以上(小学生は要保護者同伴)

定員 30人

※申込多数の場合は抽選

参加費 500円

※初回に徴収します。

持ち物 ゴム作業手袋、帽子、タオル、雨合羽、飲料水(パークセンター内に自動販売機あり)。

※服装・靴は汚れてもよい長袖、長ズボン、長靴で

申込・問合せ先 5月31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(https://izumisano-kynyo.jp)をご覧ください。ホームページからも申込できます。

