【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

日根野公民館
☎450・3900
Fax468・0011

■ライ麦のわら細工体験講座
～フィンランドの伝統的装飾 幸せを願う光のモビール「ヒンメリ」を作る～

ヒンメリ（himmeli）とは、乾燥したわらを糸でつないで作る多面体で北欧の国フィンランド伝統の飾りです。今回は基本の正八面体を作り、わらの美しさを感じる講座です。

日時 6月28日㈮ 午前10時～正午
対象 16歳以上
定員 8人（先着順）
講師 Umeさん（生涯学習ボランティア講師）
材料費 500円
持ち物 筆記用具、持ち帰り用袋、はさみ
申込 6月8日㈯以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月22日㈯まで

■タイの家庭料理講座
～子どもも食べやすい、日本の食材で作るタイの家庭料理！～

タイ料理と言えば、ハーブやスパイスを使った辛いものばかりと思っていませんか。今回は日本にある身近な食材で作れ、子どもが喜んで食べられる辛さ控えめの「タイの家庭料理講座」を開催します。

日時 7月4日㈭ 午前10時～午後0時30分
メニュー ラープガイ（鶏ミンチハーブサラダ）、パットテンクワー（きゅうりの炒め物）、ボイボッチ（バナナのココナッツポンチ）
対象 16歳以上
定員 12人（先着順）
講師 大江満寿子さん（タイ家庭料理研究家）
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、マスク
申込 6月11日㈫以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月29日㈯まで

■お菓子講座
～ちょっぴり健康を意識したお菓子作りを体験しませんか！～

美味しく食べられ、ちょっぴり健康の事を考えたお菓子作り講座です。今回は「米粉シフォンケーキ」を作ります。

日時 7月9日㈫ 午前10時～午後0時30分
対象 16歳以上
定員 12人（先着順）
講師 今村　愛さん（佐野記念病院 栄養士）
材料費 500円
持ち物 エプロン、ふきん、三角巾、持ち帰り用容器、筆記用具、マスク
申込 6月14日㈮以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは7月2日㈫まで

レイクアルスタープラザ・カワサキ中央図書館
☎469・7130
Fax469・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子どもと一緒に英語を楽しみましょう！

日時 6月12日㈬ 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う場合があります。

■土曜子どもシアター
「ざんねんないきもの事典」

日時 6月15日㈯ 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。隔月第3土曜日に子ども向け「映画会」を予定しています。

■おはなし会

絵本の読み聞かせ、手遊びなどをします。

日時 6月19日㈬、7月3日㈬ 午前11時～11時30分
※申込不要、入場無料

■日曜・祝日おはなし会
～夏のおはなし～

絵本の読み聞かせや紙芝居などを行います。おはなし会に来たことがない人も大歓迎です。絵本の楽しみ方や読み聞かせにおすすめの絵本の紹介もあります。気軽に参加してください。

日時 6月23日㈰ 午前11時～正午（開場：午前10時45分）
定員 30人（先着順）
出演 クローバー
※申込不要、入場無料

佐野公民館
☎463・6181
Fax 469・2243

■季節の発酵料理講座
～夏本番、発酵パワー×食材のエネルギー×クイックメニューで乗り切りましょう！～

ビタミンミネラル豊富な夏野菜を使った4品をひとつのお鍋で完成させることで、暑いキッチン時間を短縮させます。

日時 6月22日㈯
午前10時～午後1時
メニュー トマトタコ飯、タコと夏野菜のラタトゥユ、梅ソースでさっぱりしゃぶしゃぶ、オクラとミニトマトの塩糀豆腐和え、ナスの味噌和え
対象 16歳以上
定員 12人（先着順）
講師 竹本信子さん（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2枚（食器拭き用）、三角巾、筆記用具、マスク
申込 6月5日㈬以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月16日㈰まで

■ワイヤークラフト講座
～玄関やお部屋の壁に付けるかわいいウェルカムリースを飾ってみませんか？～

日時 7月6日㈯
午前10時～正午
対象 16歳以上
定員 10人（先着順）
講師 山崎澄子さん（Heart工房 cha-cha主宰）
材料費 1，000円
持ち物 ラジオペンチ、ニッパー
申込 6月8日㈯以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月28日㈮まで
※申込時に白色か黒色を選択

クラブ員募集
「Burtonと英語で話そう会」
自分で選んだテーマについて英語で約5分間のプレゼンをし、それについてBurton先生とメンバーでディスカッションをしています。
日時 第2水曜日
午後1時30分～3時
問合先 大工（☎080・6128・2768）

長南公民館
☎465・0786
Fax 465・1103

■季節の料理（夏）
～さっぱりレシピで暑さに勝とう！～

日時 6月26日㈬
午前10時～午後1時
メニュー 豚肉の梅ダレ丼、ゴーヤのナムル、きゅうりとアボカドのもずく酢、トマトスープ、甘酒とヨーグルトのラッシー
対象 16歳以上
定員 12人（先着順）
講師 藤原あつこさん（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2枚、マスク
申込 6月5日㈬以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月19日㈬まで

■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17㎝×横17㎝のフレームを作ります。

日時 7月6日㈯
午前10時～正午
対象 16歳以上
定員 10人（先着順）
講師 落岩サヨコさん（長南公民館登録クラブ講師）
材料費 1，000円
持ち物 ピンセット
申込 6月8日㈯以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月28日㈮まで

■ゆかたの着方講座
～正しい着方で美しく～
初めての人でも大丈夫！浴衣の着方の基本を教えます。帯結びまでしっかり学びましょう。

日時 7月6日㈯
午後1時～午後3時
対象 16歳以上の女性
定員 12人（先着順）
講師 水嶋由美子さん（大阪きもの着付学院講師）
持ち物 ゆかた、半幅帯、腰ひも3本、タオル、帯板、伊達締め
申込 6月6日㈭以降に電話、FAXで。キャンセルは6月28日㈮まで
※受講無料

生涯学習課
☎469・7132
Fax 469・7133

■第31回 泉美協展
市内在住・関係作家の作品の展示を行います。多くのみなさんの来場をお待ちしています。

日時 6月7日㈮～9日㈰
午前10時～午後5時
（9日は午後4時30分まで）
場所 エブノ泉の森ホール
1階ギャラリー
内容 油彩画、水彩画、水墨画など
主催 泉佐野美術協会
※入場無料

■第37回
泉佐野市文化懇話会 会員展
市民展で数多く入賞し、賛助出品となった作家の集まりである文化懇話会の作品展です。

日時 7月5日㈮～7日㈰
午前10時～午後6時
（7日は午後4時まで）
場所 エブノ泉の森ホール
1階ギャラリー
内容 陶芸、写真、絵手紙、俳画、日本画、洋画、彫刻、書道、工芸
問合先 北庄司（☎468・0728）
※入場無料

※各施設の受付時間は、28ページをご覧ください。

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
Fax469・7121

■アンコール企画「エコ紙バンドで作るお洒落なバッグ講座」

日時 6月26日㈬・7月3日㈬午前10時～午後0時15分（全2回）
定員 12人（先着順）
講師 名倉明代さん（クラフトA主宰）
材料費 1，100円
※サイズは縦20㎝×横27㎝×マチ10㎝
持ち物 洗濯ばさみ（あまり太くないもの）20個、ウェットティッシュ、木工用ボンド、はさみ、メジャー、文鎮（ある人）、筆記用具、持ち帰り用袋
申込 6月6日㈭以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月20日㈭まで
※材料費の納入時にあんず色かターコイズブルーから選択

■脳を活性化！大人の塗り絵講座

脳の活性化、集中力アップ、認知症予防からストレス解消のリラックス効果まで！初めてでも上手に仕上げられる塗り方のコツを学びます。講師が準備したクーピーを使って塗ります。

日時 ①6月27日㈭ ②7月4日㈭ 午後1時～3時（全2回）
内容 ①花を塗ろう（題材：バラ） ②動物を塗ろう（題材：猫）
定員 20人（先着順）
講師 須貝光一郎さん（サクラクレパス認定 大人の塗り絵講師）
申込 6月7日㈮以降に電話、FAXで
※受講無料

■林 英世ひとり語り ～声が描く小説。耳から広がるドラマを味わう～

泉州出身の舞台女優が小説の世界観にグッと引き込みます。読書とは違った物語の味わいをお楽しみください。

日時 6月30日㈰ 午後1時30分～（開場：午後1時）
公演時間 約60分
対象 6歳以上
定員 30人（先着順）
出演 林 英世さん（俳優）
演目 山本周五郎「並木河岸」
チケット代 500円
※6月1日㈯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で販売

■レザークラフト体験講座 ～1点ものの名刺・カードケースを作ろう～

初心者でも大丈夫です！本革でイニシャルや刻印を楽しめます。使うほどに風合いが出る自分だけの1点ものを愛用しませんか？サイズは縦約7㎝×横約10.5㎝です。

日時 7月14日㈰ 午前10時～正午
定員 10人（先着順）
対象 16歳以上
講師 渡邉宏志さん（WATANABE－KABAN主宰）
材料費 1，500円
持ち物 筆記用具、汚れても良い服装またはエプロン
申込 6月12日㈬以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは7月6日㈯まで
※一時保育（若干名・先着順）あり、希望者は申込時に。革の色5色（赤・こげ茶・キャメル・パープル・ネイビー（各色限定数あり））から好きな色を申込時に選択

■色でwakuwaku♪ 蓮の花を咲かせましょう

専用の蓮紙を使って花びらを作り、蓮の花の芯になる部分に豆電球を入れて光らせる美しいアート睡蓮を作りましょう。

日時 7月17日㈬ 午前10時30分～正午
定員 10人（先着順）
講師 田中君代さん（カラーサロン アンジュクルール主宰）
材料費 1，000円（コードレス豆電球代を含む）
申込 6月11日㈫以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは7月12日㈮まで
※一時保育（若干名・先着順）あり、希望者は申込時に。材料費の納入時に紫・ピンク・黄色から選択

クラブ員募集

「レイアロハ」

フラダンスは有酸素運動。ハワイアンのリズムに合わせてゆっくり楽しく踊りましょう。初心者大歓迎。体験お待ちしています。

日時 第1・3・5火曜日 午後1時～2時10分
※活動時間に直接見学に来てください。

「華煌会」

書道をやった事がない人を中心にペン字・実用書（小筆）などを楽しく学びましょう。

日時 第2・4土曜日 午後3時30分～5時 午後7時～9時
※活動時間に直接見学に来てください。

※各施設の受付時間は、28ページをご覧ください。

北部市民交流センター 本館・北部公民館
☎464・5725
Fax469・2284

■手作り「和」のルームシューズ
鼻緒を足指で掴んで歩くため、足本来の機能を発揮出来て健康にいい「布ぞうり」。布で作られているので素足よりも気持ちよく、家で洗えて、お手入れも簡単です。
日時 6月20日㈭・27日㈭、7月4日㈭（全3回）
●午前10時～正午
●午後1時～3時
対象 16歳以上
定員 各5人（先着順）
講師 八尾よしさん（北部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）
申込 6月4日㈫以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは6月17日㈪まで

■遺言書を教えます！
遺言書のはてな？について答えてくれます。人生100年時代。年齢を問わず全ての人が元気で安心して暮らせるために、この機会に学んでみませんか。
※令和6年4月から相続登記の申請義務化となりルールが大きく変わります。（法務局の遺言書保管作成キットもらえます）
日時 6月20日㈭ 午後2時30分～4時
対象 16歳以上
定員 35人（先着順）
講師 大阪法務局 岸和田支局
申込 6月4日㈫以降に電話、FAXで。キャンセルは6月14日㈮まで
※受講無料

▲遺言書ほかんガルー

■ppバンドでカラフルトートバッグ
軽くて丈夫で、水や汚れに強いppバンドで、カラフルで使いやすいトートバッグをあみます。
日時 6月24日㈪、7月1日㈪ 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 松川扶実さん（北部市民交流センター本館登録講師）
受講料 1，200円（材料費含む）
持ち物 はさみ、洗濯ばさみ20個、1m以上のメジャー、布ガムテープ、持ち帰り用袋

申込 6月5日㈬以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは6月17日㈪まで

■明美先生のパン教室～スコットランドパン&あんバターサンド～
お取り寄せで人気！話題のパンを2種類作ります。あんことバターの織りなす絶妙な組み合わせのあんバターサンドと、イギリス伝統のたっぷりナッツとドライフルーツを包んだご褒美パンを、手ごねから教えます。
日時 6月26日㈬ 午前9時50分～午後0時30分
対象 16歳以上
定員 12人（先着順）
講師 木村明美さん（CIEBの認定師範）
受講料 900円（材料費含む）
持ち物 エプロン、ふきん（台拭き1枚・食器拭き1枚）、三角巾、手拭き用タオル、マスク
申込 6月6日㈭以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは6月19日㈬まで

■自分で作るオリジナルスマホショルダー
4色のラットテールコード（紐）を使って人とは被らないスマホショルダーを作ります。編み方を覚えれば色を変えて作ったり、お手持ちのポーチにつけたりと様々な用途に使用できます。
※カラーは10色の中から4色選択
日時 6月28日㈮ 午前10時～11時30分
対象 16歳以上
定員 15人（先着順）
講師 上田哲代さん（北部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）
申込 6月6日㈭以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは6月21日㈮まで

■スパイスがわかると、カラダもかわる！パーソナルトレーナーが伝えるスパイスの基本
スパイスの特徴や効能、使い方などを学びます。座学の後に8種類のスパイスを使用した無添加・無水・グルテンフリーのカラダに優しいスパイスカレーの試食つき。
日時 7月11日㈭ 午後1時～2時
対象 16歳以上
定員 15人（先着順）
講師 吉本やよいさん（パーソナルトレーナー）
受講料 700円（材料費含む）
申込 6月7日㈮以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは7月4日㈭まで

各種文化・教養

■癒されweek テーマ「七夕」

開催日（6月）	講座名	時間
①15日㈯	ハーバリウム	①午前10時30分～午後0時30分
②18日㈫	プリザーブドフラワーアレンジメント	②③午前10時30分～午後0時30分、午後1時30分～3時30分
③18日㈫	ハーバリウムディフューザー	

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

※各施設の受付時間は、28ページをご覧ください。

文化・教養（つづき）

■Happy Face Art!
～織姫と彦星の顔を作ろう～
来館した人に、織姫、彦星の土台の顔と、目や鼻などのパーツを渡します。福笑いのように楽しく顔を完成させて、願い事と一緒に館内に貼り、みんなで楽しい七夕を迎えましょう。
期間 6月18日㈫～なくなり次第終了
時間 午前9時30分～午後5時
定員 30人（先着順）
場所・問合先 佐野まちライブラリー（☎447・7088）
※申込不要、参加無料

■健康料理教室
「今日は中華風麺料理で」
～暑い夏もスタミナつけて～
（健康マイレージ さのぽっ歩対象）
日時 6月18日㈫
午前10時～午後1時
メニュー 肉みそそば、いかときゅうりの甘酢あん和え、醤油卵、ナムル、桃のモスコビー
定員 15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
場所・申込・問合先 6月4日㈫～11日㈫に本人が電話で南部市民交流センター本館（☎466・1641 Fax466・4744）へ（聴覚障害者のみFAXで）
※材料費の納入・キャンセルは6月11日㈫まで
※内容は予告なく変更になる場合があります。

健康

南部市民交流センター本館
☎466・1641
Fax466・4744
いずれも申込は本人が電話で。
（聴覚障害者のみFAXで）

■健康サポート教室
「コーディネーション運動で
神経伝達回路を増やそう！」
（健康マイレージ さのぽっ歩対象）
身体と頭を使う総合運動をすることでリズム感やバランス感覚などを養うことができると言われています。簡単な複合動作で一緒に動きませんか？
日時 6月24日㈪
午前10時～11時
対象 おおむね50歳以上
定員 20人（先着順）
講師 堀田笑子さん
持ち物 ヨガマット（必須）、タオル、飲料水、室内用ひも靴
※服装は動きやすいもので
申込 6月4日㈫～17日㈪
※受講無料

■エンジョイスマイル体操
「楽しく身体を動かして、
日々の元気を取り戻そう！」
（健康マイレージ さのぽっ歩対象）
身体の柔軟を意識しながら、楽しくほぐしていきましょう。先生の笑顔につられて、きっとみなさんもワクワクしてくるはずです！一緒に運動しませんか？
日時 6月26日㈬
午前10時～11時30分
定員 15人（先着順）
講師 川端恵美子さん
持ち物 ヨガマット、タオル、飲料水、室内用ひも靴
※服装は動きやすいもので
申込 6月4日㈫～19日㈬
※受講無料

佐野公民館
☎463・6181
Fax469・2243

■スポーツウエルネス
吹矢体験講座
性別、年齢問わず楽しめるスポーツ吹矢。ゲーム感覚で楽しみながらできるスポーツで精神力や集中力を高めて、健康効果も期待できます。的に当たれば気分爽快！
日時 6月27日㈭
午後1時～2時30分
対象 16歳以上
定員 10人（先着順）
講師 福本 剛さん（佐野公民館登録クラブ代表）
材料費 200円（マウスピース代）
持ち物 上靴（あれば）
申込 6月6日㈭以降に電話、FAXで。キャンセルは6月20日㈭まで

■身体調整ヨーガ
気の巡りを整えて心身ともに健やかな状態へと導きます。元気な人はもちろん、体調不良で悩んでいる人や初心者でも参加できます。
日時 6月28日㈮
午前10時30分～11時45分
対象 16歳以上
定員 16人（先着順）
講師 加藤さとこさん
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 6月7日㈮以降に電話、FAXで。キャンセルは6月26日㈬まで
※受講無料

各種健康

■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 さのぽっ歩対象）
日時 6月10日㈪
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
問合先 健康推進課
※申込不要、参加無料

※各施設の受付時間は、28ページをご覧ください。

■姿勢特化型リハビリウォーキング（健康寿命ウォーキング）「介護予防」講演会

日時 ●6月10日㈪ 午前10時30分～正午（受付：午前10時15分）

場所 南部市民交流センター

定員 25人（先着順）

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

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。

■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！」（健康マイレージ さのぽっ歩対象）

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（先着順）
●6月13日㈭・午後2時10分～・なごみ湯（笠松1丁目3番23号）・14人
●7月4日㈭・女性：午後2時30分～、男性：午後3時10分～・羽倉崎温泉（東羽倉崎町6番10号）・各10人

※受付はいずれも10分前

テーマ
●6月…「脳トレ体操」脳細胞の活性化！
●7月…「食べることは生きること」健康長寿食を紹介します！

対象 市内在住の65歳以上と家族

問合先 地域共生推進課

※参加無料

■夏に向けてマイナス3kg！ 美魔女ダイエット講座

正しい知識で美しく痩せる！20kg痩せた講師が、しっかり食べて痩せる方法を伝授します！

日時 6月21日㈮ 午前10時～正午

対象 16歳以上

定員 15人（先着順）

講師 西尾沙織さん（ウェルネスコーチ）

受講料 200円

場所・申込・問合先 6月5日㈬以降に電話、FAXで北部公民館（☎464・5725 Fax 469・2284）へ。受講料の納入・キャンセルは6月18日㈫まで

※服装は動きやすいもので

■初心者の参加も大歓迎！ ヨガで整える ～カラダとココロを 癒しましょう～

誰でもできる整体ヨガです。筋肉をゆるめ、骨格を整え、自律神経の働きも整えます。

日時 6月23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 テーマに関心のある人

定員 15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

※服装は動きやすいもので

申込・問合先 6月7日㈮以降に電話、FAXでいずみさの女性センター（☎469・7125）へ

※受講無料。一時保育（若干名・3ヵ月～就学前）あり、希望者は申込時に

■（一社）らふ設立9周年記念 お買い物ついでに聴ける市民講座 一人暮らし・老後や病が心配な方…知って、備えて安心！「医療とのかかわり方のコツ」先生のお話と座談会

社会人から医師になったユニークな経歴をお持ちで、病院医療、緩和ケア、在宅医療の経験が豊かな話しやすく、頼れる先生のお話とざっくばらんな座談会です。誤解の多いアレコレを聞いて、不安や疑問を減らしませんか？

日時 6月23日㈰ 午後1時～3時

場所 いこらも～る泉佐野 2階いこらの森ホール

講師 米本千春さん（堺市立総合医療センター 患者支援センター非常勤医）

問合先 （一社）らふ（☎468・8395）

※申込不要、参加無料

■「太極拳」講座

健康・長寿に良いとされる太極拳は、誰もが自分のペースで一生涯続けられる健康法です！

日時 6月25日㈫ 午後1時30分～3時

対象 16歳以上

定員 15人（先着順）

講師 甲田吉彦さん（いずみ楽楽太極拳グループ講師）

持ち物 靴（出来れば底の薄いもの）、タオル、飲料水

※服装は動きやすいもので

場所・申込・問合先 6月7日㈮以降に電話、FAXで日根野公民館（☎450・3900 Fax 468・0011）へ

※受講無料

■初めてのゆるヨガ

カチカチのカラダと心をほぐしませんか？ゆったりヨガと呼吸法で今日はハッピー気分！

日時 6月28日㈮ 午前10時30分～11時30分

対象 中学生以上のヨガに興味がある人、カラダがかたい人、心とカラダを整えたい人

定員 12人（先着順）

講師 井上照子さん（こどもヨーガ専門士）

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、飲料水

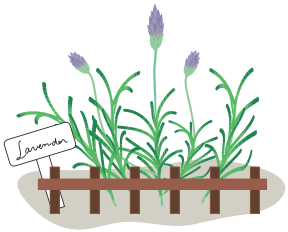
※服装は動きやすいもので

場所・申込・問合先 6月15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

※各施設の受付時間は、28ページをご覧ください。

■理学療法士の健康ヨガ講座
～呼吸で深める！柔軟性アップヨガ～
呼吸や筋肉の使い方、自重を意識して動き、ストレッチします。体が硬い人や、ヨガが初めてという人も安心して参加してください。
日時 6月29日㈯ 午前10時～11時30分
対象 16歳以上
定員 20人（先着順）
講師 新谷友子さん（メイトモコスタジオ主宰）
持ち物 ヨガマットまたは大きめのバスタオル、汗拭き用タオル（長めのもの）、飲料水
※服装は動きやすいもので
場所・申込・問合先 6月7日㈮以降に電話、FAXで長南公民館（☎465・0786 Fax465・1103）へ
キャンセルは6月25日㈫まで
※受講無料



地域子育て支援センター分館 わたぼうし ☎447・6223

■わたぼうし子育て講座
「絵本の読み聞かせ」
絵本に触れあう機会をもつことで、大好きな絵本に出会えるかも！絵本の楽しさを子どもと一緒に感じてみませんか？
日時 7月1日㈪ 午前10時30分～11時15分
定員 15組（先着順）
出演 ルピナス（おはなし会ボランティアサークル）
申込 6月3日㈪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
※受講無料

■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。
日時 9月3日㈫～10月29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優先
定員 12組（先着順）
申込 6月18日㈫ 午後1時～4時に電話で
※参加無料。締切後、定員に達しない場合は、随時募集

地域子育て支援センター つくしんぼ ☎469・0660 Fax469・0670

■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3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 おひさまクラブに参加していない2歳～就学前の子どもと保護者
定員 15組（先着順）
申込 6月3日㈪～7月3日㈬の平日 午前9時～午後4時（7月3日㈬は午前9時30分まで）に直接または電話で
※参加無料

■あそびの広場
～夏まつりごっこ～
日時 7月5日㈮ 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 25組（先着順）
申込 6月3日㈪～前日の平日 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 7月17日㈬ 午後1時30分～2時30分
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 7月10日㈬までの平日 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
「予防歯科・子どもの歯について」
歯が生え始めた子どもの歯のお手入れ、どうしていますか？赤ちゃんの歯のお手入れの話を聞いて、元気な歯を育てましょう！
日時 7月25日㈭ 午前10時～11時
場所 次世代育成地域交流センター
対象 3ヵ月～就学前の子どもと保護者
定員 15組（先着順）
講師 大森かずみさん（歯科衛生士）
申込 6月24日㈪以降の午前9時～午後4時に直接または電話で
※受講無料

■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3日㈫～11月5日㈫の毎週火曜日 午前10時～11時30分
●9月4日㈬～11月6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（先着順）
※初めての人優先
申込 6月18日㈫・19日㈬ 午後1時～4時に電話で
※参加無料。締切後、定員に達しない場合は随時募集

※各施設の受付時間は、28ページをご覧ください。

地域子育て支援センター ひなたぼっこ（ひかりこども園内）
☎・Fax 465・1447

■子育て講座
子どもの感染症予防について学びましょう。
日時 6月26日㈬ 午後1時30分～2時15分
定員 6組（先着順）
講師 ひかりこども園看護師
申込 6月12日㈬ 午後4時までに電話、FAXで
※受講無料。締切後、定員に達しない場合は随時募集

■おひさまクラブ（秋コース）
親子でいろんな遊びをして交流しましょう。
日時 9月2日㈪～11月25日㈪の毎週月曜日 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
定員 6組（先着順）
申込 6月20日㈭ 午前10時～午後4時に電話で
※受講無料。締切後、定員に達しない場合は随時募集

各種福祉

■愛の献血
献血車が来ます。ご協力お願いします。
日時
①6月2日㈰、7月7日㈰ 午前10時～午後4時
②6月26日㈬ 午前10時～11時30分、午後0時30分～4時30分
場所
①いこらも～る泉佐野
②佐野記念病院 正面入口横
問合先 地域共生推進課

■認知症カフェ【オレンジカフェ つむぐ】
開催日 6月9日㈰
時間・内容
●午前10時～11時30分…ミニらいとモルック体験・練習会
●午前11時30分～午後0時30分…カフェタイム
●午後0時30分～1時…生演奏タイム
場所 オレンジホール（羽倉崎3丁目10番32号）
問合先 泉州つむぐ会（☎477・8059）
※申込不要、参加無料。車椅子可

【よりみちカフェ】
暮らしのなかでのちょっとした悩みごとは、誰にでもあるものです。ここは医療・福祉のプロたちが集う場でもあります。
日時 6月20日㈭ 午後1時～2時30分
場所 コープ泉佐野店2階集会室
内容 「梅雨のむくみ対策」に関する健康体操
参加費 100円
問合先 奥村（☎070・2312・2525）
※申込不要

■子育て支援講座77
楽しくたたいてストレス発散♪「和太鼓どんどん！ やってみよ!! Ⅱ」
日時 6月9日㈰ 午後1時30分～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
対象 3歳～小学6年生の子どもと保護者
定員 6組（先着順）
講師 阪南太鼓 楽鼓
申込・問合先 6月1日㈯ 午前9時以降に電話、FAXでNPO法人 ウィズ生活支援センター（☎・Fax 466・1963）へ
※受講無料。一時保育あり、希望者は申込時に

■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26日㈬ 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（☎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。

■長生会連合会会員大会・演芸大会
60歳以上の市内在住の来場者にはさのぽ1，000ポイントを進呈します。さのぽカードを持ってお越しください。
日時 7月4日㈭ 午前10時～（受付：午前9時30分～）
場所 エブノ泉の森 大ホール
主催 泉佐野市長生会連合会
問合先 泉佐野市社会福祉センター（☎464・2563）

■おひさまとおまんじゅう横丁～認知症になっても自分らしく暮らすヒントを見つける会～
市内で暮らす仲間とともに、やりたいことの実現を目指して話し合い、取り組んでみませんか。
日時 毎月第2土曜日 午後1時～2時30分
場所 南中岡本町内会館
※開催場所の変更あり
対象 趣旨に賛同できる人
問合先 片木谷（☎090・7880・9191）
※参加費は問い合わせてください。

※各施設の受付時間は、28ページをご覧ください。

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
☎・Fax 469・7140
469・7141

■歴史館いずみさの夏季特別展

【夏季特別展展示解説】
日時 6月15日㈯
午後1時30分～2時
※申込不要、参加無料

【館長講演会】
～日本遺産「北前船」がつないだ大阪と新潟の歴史文化～
日時 7月15日㈷
午後1時30分～3時
定員 45人（先着順）
講師 坂井秀弥（当館館長）
申込 6月21日㈮以降に直接または電話で
※参加無料

■れきし館ワークショップ

【あじさいのペーパーフラワーをつくろう！】
日時 6月22日㈯
●午前10時～11時30分
●午後2時～3時30分
定員 各15人（先着順）
申込 6月6日㈭以降に直接または電話で
※参加無料

【扇子に筆で文字を書こう！】
日時 7月13日㈯
午後2時～3時30分
定員 20人（先着順）
申込 6月21日㈮以降に直接または電話で
※参加無料

泉佐野ふるさと町屋館（旧新川家住宅）
☎・Fax 469・5673

■新川家教室
●木彫り教室…6月14日㈮
午前10時～
●仕舞・謡曲教室…6月18日㈫
午後1時～
●フルート教室…6月20日㈭
午後1時～
●古文書教室…6月22日㈯
午前10時～
申込 開催日の3日前まで

その他イベント

■恒例朝市
日時 6月15日㈯
午前9時～午後4時
※申込不要、参加無料

■ふろしき手づくりマーケット
日時 6月15日㈯
午前10時～午後4時
※申込不要、参加無料

■あつまれ☆さのキッズ！

こまのおっちゃんの こまのサーカス！
「日本こま博物館」
名古屋からこままわし名人「こまのおっちゃん」が6年ぶりにやってきます！小さいこまから大きなこままで自由に操り、刃渡り・綱渡りもお手のもの。中国ごま（ディアボロ）やベーゴマも体験できます。公演終了後のこまの体験指導で、みんなでコマを回せるように練習しよう！大人も童心にかえって楽しみましょう。
日時 6月30日㈰ 午後2時～
（開場：午後1時45分）
場所・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 Fax 469・7121）
定員 100人（先着順）
料金 500円（2歳以下無料）
後援 泉佐野市教育委員会
問合先 泉佐野おやこ劇場（☎・Fax 415・0222 eメール：izumisanooyako@rinku.zaq.ne.jp）

泉佐野おやこ劇場
▲ホームページ

■こどもの国際交流
～外国の人と遊ぼう～
親子で外国の人と遊びましょう。いろいろな国のゲストを迎えて、挨拶をおしえてもらったり、一緒に遊んだり…内容は当日のお楽しみです。
日時 7月7日㈰
午前10時30分～正午
場所 佐野公民館
対象 就学前～小学6年生の子どもと保護者
定員 15組（先着順）
申込・問合先 6月28日㈮までの火～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（ica）（☎429・9741 Fax 429・9742 eメール：ica@ica.gr.jp）へ
※参加無料

■Show-gaku 七夕コンサート
レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センターで活動するクラブ団体の合同コンサート。オカリナ・南米音楽フォルクローレ・中国民族楽器二胡のクラブが七夕にまつわる曲やフォルクローレの代表曲「コンドルは飛んで行く」などを演奏します。
ペルーの伝統舞踊マリネラのダンスチームもゲスト出演し、国際色豊かにコンサートを盛り上げます。
日時 7月7日㈰ 午後1時30分～3時30分（予定）
定員 70人（先着順）
出演
●オカリナクラブ花 in れんげそう
●フォルクローレクラブ－NTI－
●二胡クラブ昴
場所・申込・問合先 6月8日㈯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
※入場無料

※各施設の受付時間は、28ページをご覧ください。

■2024 関西国際空港 航空教室

日時 7月25日㈭ 午後1時～4時

場所 ホテル日航関西空港

内容 「空のお仕事」についての講演、お楽しみ抽選会

対象 小学4年生以上

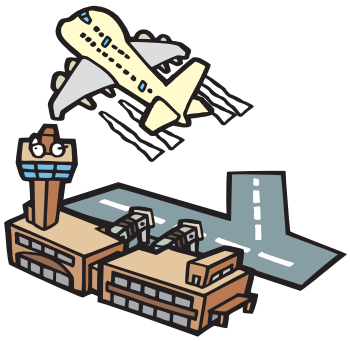
定員 100人

※応募多数の場合は抽選

講師 航空管制官、関西エアポート㈱、ANA関空㈱、自衛官（予定）

申込・問合先 7月15日㈪（必着）までに往復ハガキ返信用表面に郵便番号、住所、氏名、往信用裏面に郵便番号、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、〒598-0001 上瓦屋392番地の1 関西翼の会「航空教室」係（佐藤 ☎463-0005）へ

※参加無料



■泉佐野丘陵緑地「パークレンジャー養成講座」

泉佐野丘陵緑地のボランティア「パークレンジャー」になってイベントや公園づくりを一緒にしませんか。この講座では、泉佐野丘陵緑地のパークレンジャーになるための植栽管理やイベント企画方法などの基礎知識、野外での実習を受講できます。ぜひ参加してください！

日時 第1回：9月15日㈰ 午前9時45分～午後3時30分（全5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18歳以上の人

定員 20人（先着順）

参加費 500円

持ち物 昼食、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、歩きやすい靴で

申込・問合先 9月6日㈮ 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://izumisano-kyuryo.jp/）をご覧ください。ホームページからも申込できます。第2回～第5回の日程は10月～12月の日曜日です。

採用・募集

市職員

令和6年度（10月1日採用）の職員採用試験を行います。

申込・問合先 人事課

※募集職種・採用人数など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

原子力規制委員会 行政職員

原子力施設の運転、保全、検査、設計などに専門性がある人、放射性廃棄物管理・処分に専門性がある人、火災、防災、放射線、土木、建築などに専門性がある人を募集します。

募集職種 原子力検査官、原子力防災専門官 他

申込・問合先 6月28日㈮までに原子力規制庁人事課（☎03-3581-3352）へ

※詳しくは原子力規制委員会ホームページをご覧ください。

◀ホームページ

府 居宅介護職員初任者

障がい者ホームヘルパー知識習得研修

障がい児者が安心して利用できる適切なホームヘルプサービスを提供するために必要な知識、技術などを習得する研修を実施します。

研修期間 7月24日㈬～10月30日㈬（講義35時間、演習12時間を予定）

受講資格 府内に在住・在勤・在学で、全てのカリキュラムが受講可能な、介護職員初任者研修修了者、訪問介護員（2級）養成研修修了者または居宅介護に従事することを希望する人

募集人数 90人（先着順）

受講料 4,000円

申込・問合先 6月14日㈮～7月5日㈮（必着）に府「行政オンラインシステム」上での申込または郵送で〒537-0025 大阪市東成区中道1丁目3-59 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（☎06-6748-0588 Fax06-6748-0589）「障がい者ホームヘルパー研修」係へ

第27回

府 介護支援専門員実務研修受講試験

試験日 10月13日㈰

申込書配布・受付期間 5月27日㈪～6月24日㈪

申込書配布場所 市区町村の介護保険担当課、保健所など

問合先 （一財）大阪府地域福祉推進財団（ファイン財団）ケアマネ係（☎06-6763-8044）