

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

長南公民館

☎465・0786
Fax 465・1103

■あなたのお家、 防犯対策できていますか？

首都圏を中心に住宅に押し入る凶悪な強盗事件が多発しています。各種特殊詐欺事件も収まりません。こうした犯罪に遭わないため、防犯のポイントを押さえ防止対策を講じましょう。

時 3月26日(水)午後1時～2時30分
対 16歳以上 定 30人（先着順）講 泉
佐野警察交番警察官 料 無料 申 3
月6日(木)以降に電話、FAXで。
キャンセルは3月19日(水)まで

■季節の料理（春） 旬の食べ物で 春をいっぱい感じましょう！

時 3月27日(木)午前10時～午後1時
内 春野菜のカラフルちらし寿司、
さくさくチキン、春キャベツの和
風ポテトサラダ、菜の花の吸物、
関東風桜もち 定 16歳以上 定 12人
（先着順）講 藤原あつこさん（長
南公民館登録クラブ講師）料 1,
000円 持 エプロン、三角巾、
ふきん2枚、マスク 申 3月7日
（金）以降に電話、FAXで。材料費
の納入・キャンセルは3月21日（金）
まで

南部市民交流センター 本館

☎466・1641
Fax 466・4744

いずれも申込は本人が電話で。
（聴覚障害者のみFAXで）
内容は予告なく変更になる場合
があります

■健康料理教室

「簡単西洋料理入門」 「ここがポイント！」

（健康マイレージさのぼつ歩対象）

時 3月25日(火)午前10時～午後1時
内 青椒牛肉絲（牛肉とピーマンの
細切り炒め）、じゃが芋の田舎煮、
きゅうりのラー油漬け、白身魚の
くずもどき汁、中華ブディング
定 15人（先着順）講 伊崎真弓さん
（栄養士）料 1,000円 持 エプ
ロン、マスク、三角巾、ふきん2
枚、筆記用具 申 3月4日(火)～18
日(火)に本人が電話で。材料費の納
入・キャンセルは3月18日(火)まで

■手づくりお菓子教室

「抹茶のロールケーキ」他一品

濃厚抹茶でロールケーキを作り
ましょう！一人1／2サイズ持ち
帰ります。

時 4月7日(月)午前10時～正午
定 12人（先着順）講 木村明美さん
料 1,200円 持 エプロン、マス
ク、三角巾、ふきん、筆記用具、
持ち帰り用容器 申 3月4日(火)～24
日(月)に本人が電話で。材料費の納
入・キャンセルは3月24日(月)まで

■手づくり講座

「くまさんきん太」

羊毛フェルトで、端午の節句に
向けた作品を作ります。自宅用にも
プレゼント用にも、どちらも可
愛いはずですよ。一緒に楽しく作り
ましょう。

時 4月11日(金)午後1時～3時
定 12人（先着順）講 山崎澄子さん
料 1,000円 持 針、マット（持っ
ていない場合、別途200円）、は
さみ 申 3月4日(火)～28日(金)に本人
が電話で。材料費の納入・キャン
セルは3月28日
(金)まで



日根野公民館

☎450・3900
Fax 468・0011

■親子でパンづくり

「可愛いパンをつくってみよう」

時 3月22日(出)①午前10時～午後
0時30分 ②午後1時30分～4時
対 ①3歳以上の未就学児と保護
者 ②小学生と保護者 定 各8組
（先着順）講 大い恵美さん（Ebisu
Kitchen MEG☆LABO）料 1,
000円 持 エプロン、ふきん、
三角巾、マスク 申 3月6日(木)以
降に電話、FAXで。材料費の
納入・キャンセルは3月18日(火)
まで



■友禅染（型友禅）体験講座

Tシャツやかばん、洋服などい
ろんな素材に描く、友禅染（型友
禅）を体験します。

時 3月28日(金)午後1時～3時
対 小学4年生以上 定 12人（先着順）
講 菊 桂子さん（新日本和装協会
認定手書き友禅講師）料 500円
持 染めたい物（Tシャツやかばん、
洋服など）、筆記用具 申 3月7日
(金)以降に電話、FAXで。材料費
の納入・キャンセルは3月25日(火)
まで



■フラワーアレンジメント講座

「お花で心と身体を癒しませんか！」

時 4月12日(出)午後1時～2時30分
対 16歳以上 定 10人（先着順）講 神
藤ちえみさん（フラワーアレンジ
メントColor主宰）料 2,000
円 持 花ばさみ、持ち帰り用袋 申 3
月13日(木)以降に電話、FAXで。
材料費の納入・キャンセルは4月
4日(金)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

■ペットのマナーと ルールを学ぼう！

ペットは大好きだけど意外と知らないマナーやルール。また、ひとり暮らしでのペットとの付き合い方や自分が倒れた時、不安だと考える人も多いため。そんな悩みについて答えてくれます。

時3月18日(火)午後1時30分～2時10分 対16歳以上 定25人(先着順)

講吉田敬介さん(大阪府動物愛護管理センター泉佐野支所) 料無料

申3月5日(水)以降に電話、FAXで。キャンセルは3月14日(金)まで



■ココロ癒す和菓子のじかん ～桜とひとひら～

自分でこしらえる和菓子は格別です。四季を感じて練り切り体験を楽しみましょう。和菓子完成後は自由に抹茶を点ていただけます。時3月19日(水)午後1時30分～3時 対16歳以上 定10人(先着順) 講桃里しほさん(北部市民交流センター本館登録講師) 料1,200円 持エプロン、三角巾、手拭き用

タオル2枚、茶こし(あれば)、手袋(必要な人) 申3月5日(水)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは3月14日(金)まで



■苔玉作りをしよう

自分で苗を選んで苔玉を作ってみませんか。当日は数種類の苗から1つ選んで苔玉を作ります。(写真の苗はガジュマル)

時3月21日(金)午後1時30分～3時 対16歳以上 定20人(先着順) 講小宮和美さん(苔こっこ主宰) 料2,700円 申3月6日(水)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは3月17日(月)まで



■懐かしの昭和ガラスで作る ステンドグラスモビール

モビールとは、パーツを糸やワイヤーでつるすインテリアです。昭和ガラスでモビールを作り、ガラスまたは木枠のどちらかを選択して仕上げます。

時3月28日(金)午前10時～正午、午後1時～3時 対16歳以上 定各6

人(先着順) 講西田ゆうこさん(北部市民交流センター本館登録講師) 料ガラス・2,700円、木枠・2,000円 申3月7日(金)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは3月21日(金)まで



■春休みもぐもぐ ワークフェスティバル

作って楽しい！食べておいしい！「食」に関する体験を集めました。

時3月29日(土)午前10時～午後1時 内図書のお話し会、自家製コーヒ、焼きアメリカンドッグ作り、スイーツデコ、ミニチュアフード、いちご大福作り、ミニチュアクレイ、ほか 料無料 他体験にかかる費用は実費



■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。

時4月2日(水)・9日(水)・16日(水) 午後1時～3時(全3回) 対16歳

以上 定15人(先着順) 講松川扶実さん(北部市民交流センター本館登録講師) 料2,500円 持はさみ、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3月7日(金)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは3月26日(水)まで



■シアバターの手作り石鹸

カップで作るベーシックソープ。作ったものは持ち帰りできます。

時4月4日(金)午後1時30分～3時30分 対16歳以上 定12人(先着順)

講横山美佐さん(生活の木ハンドメイドギルド認定ハンドメイドソープインストラクター) 料1,300円 持エプロン、マスク、持ち帰り用袋、眼鏡またはゴーグル

申3月7日(金)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは3月31日(月)まで



■第1期おとなのペン字

普段よく使うボールペンで文字をきれいに書くコツを学びませんか。

時4月5日～6月14日(5月3日除く)の毎週土曜日 午前10時30分～正午(全10回) 対16歳以上(未受講者優先) 定20人(先着順)

講坂井重美さん(北部市民交流センター本館登録講師) 料2,000円 持使いやすいペン 申3月10日(月)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは3月29日(土)まで



■意外と簡単！ 本格スパイスキーマカレー

本格スパイスって憧れるけど、どうやって使つてよいかわからない。そんな悩みにスパイス研究開発にこだわったキーマカレーを教えます！(試食&プレゼント付き)

時4月15日(火)午後1時30分～3時30分 対16歳以上 定16人(先着順) 講島岡祐輔さん(株キヤニオンスパイス) 料700円 持エプロン、三角巾、手拭き用タオル

申3月10日(月)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは4月10日(水)まで

文化・教養（つづき）

南部市民交流センター
青少年センター

☎466・1745
Fax 466・1779

いずれも、申込は3月10日（月）午前10時までに申込フォームで。申込多数の場合は抽選。抽選結果は、申込したeメールアドレスに3月11日以降に返信します。材料費、受講料の納入・キャンセルは3月18日（火）正午まで。詳しくは問い合わせてください。



▲申込フォーム

■このさんの

アイシングクッキー教室

クッキーに天然色素を使用して色付けしたアイシングをします。
時 3月25日（火）午前10時～11時30分
所 佐野公民館 市内在住の小・中学生 定 12人 講 いのうえ ゆかさん 料 800円



■楽しい英会話レッスン♪

（全3回）

時 3月25日（火）・27日（木）、4月4日（金）午後2時～3時 所 らいふらいんぷらざいづみさの 市内在住の小学生 定 10人 講 越後谷亮祐さん 料 300円

住の小学1～3年生 定 15人 講 デビン・スミスさん 料 300円

■カメレオンパンを作ろう！

時 3月26日（水）午前10時～正午
所 佐野公民館 市内在住の小・中学生 定 11人 講 木村明美さん 料 600円

■切り絵をやってみよう！

時 3月27日（木）、4月3日（木）午前10時～正午 所 らいふらいんぷらざいづみさの 市内在住の小学4～6年生 定 8人 講 北岡英策さん 料 200円



■三目ならべゲームを作ろう！

たてよこななめ3つ並べるゲームをおもちゃ的に作ります。ボールがグルグル回ったり、楽しく遊べて、持ち帰りやすい箱を使って工作します。



時 4月1日（火）午前10時～正午
所 らいふらいんぷらざいづみさの 市内在住の小学生 定 10人 講 越後谷亮祐さん 料 300円

■バームクーヘンを使って

イチゴケーキを作ろう！

時 4月5日（土）午後2時～3時30分
所 南部市民交流センター 市内在住の小・中学生 定 16人 講 森永直子さん（bananashock堂） 料 300円

ライフスタイルプラザ・カワサキ
生涯学習センター

☎469・7120
Fax 469・7121

■「春休み親子講座」
コープ・ラボ

たべる*たいせつミュージアム
この味の味？

（味覚テスト・糖度テスト）

現代人は、微妙な味を感じる能力が失われつつあると言われています。味が分からなくなるとは食事を楽しめず、健康への影響も心配です。味覚を確かめて、食生活を見直すきっかけを作る講座です。

時 3月25日（火）午前11時～正午

所 小学生と保護者 定 12組（先着順） 講 大阪いづみ市民生活協同組合 料 無料 持 手拭きタオル、マスク 申 3月5日（水）21日（金）午後4時に電話、FAXで。キャンセルは3月21日（金）午後4時まで 他 一時保育（若干名・先着順）あり、希望者は申込時に

■うたごえ喫茶 part.9

みんなで楽しく歌いましょう！

歌いたい人、歌好きな人、楽しいひと時を過ごしたい人、誰もが知っている懐かしい歌をみんなで一緒に思いっきり歌いましょう！

時 3月29日（土）午前10時30分～正午
所 30人（先着順） 講 OMAKE&のの 料 300円 持 タンバリン、マラカス、鈴など（あれば）
申 3月7日（金）以降に電話、FAXで。キャンセルは3月21日（金）まで

■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楽しんでください。

時 3月30日（日）●午後1時～2時（開場：午後0時30分）●午後3時30分～4時30分（開場：午後3時）
所 内 坂口安吾「桜の森の満開の下」 対 6歳以上 定 各30人（先着順） 講 林 英世さん（俳優） 料 500円 申 3月1日（土）以降に直接



■「春休み親子講座」

プレゼントしたくなるような

米粉のクッキーを作ってみよう！
かわいいクッキー型を使って親子で楽しくクッキーを焼きましよう。クッキー型は持ち帰れるので家で復習できます。（アレルギータビ記…全卵・アーモンドプードルを使用します）

時 4月1日（火）午前10時～正午
所 おおむね5歳～小学3年生の子どもと保護者 定 8組（先着順） 講 中川亜矢子さん（パンと焼き菓子のKEMOJARA主宰） 料 600円（子ども1人追加につき300円） 持 エプロン、三角巾、マスク、ふきん2枚 申 3月8日（土）以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは3月28日（金）まで 他 一時保育（若干名・先着順）あり、希望者は申込時に



文化・教養（つづき）

佐野公民館

☎463・6181
Fax 469・2243

■パンづくり講座

人気のクロワッサンが登場！サクサク、もちもちのクロワッサンをつくらう！他にお楽しみメニューもあります。

時3月28日(金)午前10時～午後1時
対16歳以上 定12人(先着順) 講木村明美さん 料1,000円 持エプロン、ふきん2枚、三角巾、持ち帰り用容器、筆記用具 申3月5日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは3月21日(金)まで

■桜花三月おわらい寄席

～笑いの花咲く落語の世界～

時3月29日(土)午後1時30分～4時
(開場：午後1時) 定60人(先着順)
講泉佐野落語ワークショップ(佐野公民館登録クラブ) 料無料 申3月7日(金)以降に電話、FAXで。キャンセルは3月26日(火)まで

■料理講座

～ポリュームたっぷり！～

満足感で笑みがこぼれる

洋食をつくらう！

時4月1日(火)午前10時～午後1時
内チキンカツ、エビサンド、生ワカメとトマトの酢の物、オレングゼリー 対基本的な切り方がで

さる16歳以上の人 定12人(先着順) 講奥野文子さん 料1,000円 持エプロン、ふきん3枚(台ふき用1枚、食器ふき用2枚)、三角巾、筆記用具、マスコット 申3月6日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは3月25日(火)まで

■混声合唱団体験講座

「ハナミズキ」「この広い野原いっぱい」「春よ、来い」などの名曲を一緒に楽しく合唱してみませんか。

時4月13日(日)・27日(日) 午後3時～4時45分 対16歳以上 定各10人(先着順) 講大和谷潤子さん(佐野公民館登録クラブ講師) 料無料 申3月11日(火)以降に電話、FAXで。キャンセルは4月10日(木)まで

クラブ員募集

「泉佐野混声合唱団」

歌が好きな人、合唱経験問わず、誰でも来てください。

時第2～4日曜日 午後3時～5時 問活動時間に直接見学に来てください

「囲碁クラブ」

頭の体操を兼ねて楽しい時間が過ごせます。初心者大歓迎！

時毎週日曜日 午前10時～正午 問濱野(☎090・5056・1152)

レイファルスタープラザ・カワサキ中央図書館
☎469・7130
Fax 469・7131

■カレン先生の

ベビー・イングリッシュ

歌や手遊び、絵本を通じて親子で一緒に英語を楽しみましょう！0歳から気軽に参加できます。

時3月26日(水)午前11時～11時30分
定30人(先着順) 講塩田カレンさん、塩田和明さん(カレン先生合同会社) 料無料 申不要 他講師の都合により日本語のおはなし会を行う場合あり

■出張おはなし会

毎月第1水曜日に出張おはなし会を開催します。絵本の読み聞かせ、手遊びなど楽しい時間を過ごしましょう。

時4月2日(火)午前11時～11時30分 所佐野公民館 料無料 申不要



各種文化・教養

■癒されWeek

テーマ「春の訪れ」

開催日 (3月)	講座名
①15日(土)	ハーバリウム
②18日(火)	プリザーブドフラワー アレンジメント
③18日(火)	ハーバリウム デコユーザー

時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 ③午後1時30分～3時30分 定各12人(先着順) 講太田知佳子さん(アトリエフルール) 料各2,800円 持はさみ、持ち帰り用袋 所申問開催日の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

■絵本で「わたしらしさ」を

さがしてみよう！

～絵本を通して考える

ジェンダーの世界～

絵本の中の登場人物にあこがれ、その生き方や価値観に「女の子(男の子)はこうでなければいけない」「父親(母親)とはこうあるべき」などのような影響を受けたと感じることはありませんか？

時3月18日(火)午前10時～正午 所次世代育成地域交流センター 対テーマに関心のある人 定15人

(先着順) 講國安澄江さん(ウィメンズセンター大阪代表) 料無 申問電話、FAX、eメールでいずみさの女性センター(☎469・7125 eメール: hitohto@city.izumisano.lg.jp)へ。二次元コードからも申込可 他一時保育(若干名、3カ月(就学前)あり、希望者は3月11日(火)までに要申込



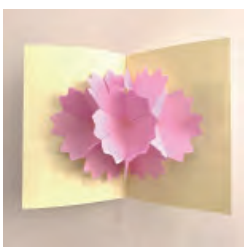
▲申込フォーム

■満開！桜の

ポップアップカードを作ろう！

開くと飛び出す桜のポップアップカードを作りませんか？入園、入学などお祝いのメッセージカードにもピッタリです。

時3月19日(水)～なくなり次第終了
午前10時～午後3時 定30人(先着順) 料無料 申不要 所問佐野まちライブラリー(☎447・7088)





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！」

（健康マイレージさのぼつ歩対象）

時3月10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）**所**●集合：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**医師から運動を止められていない市民 **料**無料 **持**タオル、飲料水（服装・靴は動きやすいもので）**申**不要

■市民の文化講演会

時3月29日(土) 午後2時～4時（予定）**所**スターゲイトホテル関西エ آپポート **内**健康的で世界に誇る日本のお弁当文化 **定**200人（先着順）**講**権代美重子さん（観光庁観光振興委員）**料**無料 **申**不二製油㈱（医）龍志会・G.T.クリニック **申**不要 **問**NPO法人りんくうメディアカルプラザ（☎473・5510）



南部市民交流センター 本館

☎466・1641
Fax 466・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

「リズム体操と筋トレで

サーキットトレーニング」

（健康マイレージさのぼつ歩対象）有酸素運動と筋トレを交互に行う動きっぱなしのエクササイズです。一緒に体力・筋力を向上しませんか？

時3月31日(月) 午前10時～11時

対おおむね50歳以上 **定**20人（先着順）**講**堀田笑子さん **料**無料

持ヨガマットまたはバスタオル（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3月4日(火)～24日(月)

時3月4日(火)～24日(月)

■転ばぬ先の介護予防講座

（健康マイレージさのぼつ歩対象）

4月～来年3月の通年講座です。
時①毎週水曜日 午前10時30分～11時30分 ②毎週木曜日 午前10時～11時 ③毎週金曜日 午前10時～11時（各曜日ごとに月4回）
内①フレッシュ体操：リズム体操・マット筋トレなどの有酸素運動を主に、心肺機能の向上や生活習慣病の予防・改善を目指します ②リフトレ体操：ひめトレ用ポールを使った筋トレなど、骨盤底筋群を鍛えてからの全身筋トレで、姿勢改善、尿漏れ予防、筋力アップ

プを目指します ③リノベ体操：全身筋トレ・ボールを使った筋トレなど、やわらかいボールで体をほぐしてから全身筋トレで、体幹と下半身の強化、体力と筋力アップを目指します **対**医師から運動を止められていない人 **定**各30人（先着順）**講**堀田笑子さん **料**無料 **申**3月11日(火) 午前9時～14日(金) 午後4時 **他**一人2教室まで申込可。内容は変更になる場合があります

各種健康

■第6回 生活習慣病予防教室

医師を始め各コメディカルが役立つ情報を話します。気軽に参加してください。

時3月13日(木) 午後1時15分～2時（開場：午後1時）**所**りんくう教育研修棟 3階 **内**糖尿病について **講**糖尿病・内分泌代謝内科医師 **料**無料 **申**不要 **問**りんくう総合医療センター 医療マネジメント課（☎469・3111）

■地域健康教室

いつでも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ぼつ歩対象）

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できます（入浴は任意です）。
時所定3月13日(木) 午後2時10分～
・なごみ湯（笠松1丁目3番23号）
・14人（先着順）※受付は10分前 **内**「お口のお悩み解消術」ブラッシング指導など義歯・入れ歯のお悩み解決策！ **対**市内在住の65歳以上と家族 **料**無料 **問**地域共生推進課

■第18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！
時3月16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行います）**所**●集合：りんくうアイスパーク ●コース：ツール・ド・大阪 いずみさのウォーキングコース（なみき通り・シーサイドコース（4km）、町屋館・つばさ通りコース（6km）、なみき通り・町屋館・つばさ通り・シーサイドコース（10km）**対**医師から運動を止められていない人 **料**無料 **申**不要 **問**国保年金課 **他**先着200人に参加賞あり。中止の場合は、市ホームページにてお知らせします。

■バランスボールで弾んで

心も身体も整えよう

バランスボールを使って脳トレをとり入れた有酸素運動をします。年齢や体調に合わせたレッスンを行うので初めての人でも大丈夫。楽しく効率の良い有酸素運動を行うことで血行、代謝アップが期待できます。
時3月24日(月) 午後2時～3時 **対**16歳以上（子どもの同伴可）**定**10人（先着順）**講**玉井成美さん（バランスボールインストラクター）**料**200円 **持**飲料水 **所**申問3月6日(木)以降に電話、FAXで北部市民交流センター本館・北部公民館（☎464・5725 Fax 469・2284）へ。受講料の納入・キャンセルは3月19日(水)まで

■健康講座

知って付き合う骨粗しょう症

骨密度は下がり始める前に予防することが大切です。病院で骨密度を測る専門職である放射線技師が、骨粗しょう症の知識と仕組み、その予防法について伝えます。
時3月25日(火) 午後3時30分～4時30分 **対**16歳以上 **定**20人（先着順）**講**岡崎秀樹さん（佐野記念病院診療放射線技師放射線科副主任）**料**無料 **所**申問3月5日(木)以降に電話、FAXで長南公民館（☎465・0786 Fax 465・1103）へ。キャンセルは3月19日(水)まで



健康（つづき）

■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！

時 3月28日(金) 午前10時30分～11時30分（開場：午前10時15分）**所** 日根野公民館 **対** 中学生以上で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** 12人（先着順）**講** 井上照子さん（こどもヨーガ専門士）**料** 無料 **持** 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）**申** 3月15日(土)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

■「はじめてのエアロビクス」

体験講座

（健康マイレージさのぼっ歩対象）

ウォーキングを中心に、エアロビクスの基本的な動作を繰り返すので、初めての人も安心です。
時 4月11日(金) 午前10時30分～11時30分 **対** 16歳以上 **定** 16人（先着順）**講** 加藤さとこさん **料** 無料 **持** 運動用上靴、タオル、飲料水（服装は動きやすいもので）**所** 申 3月8日(土)以降に電話、FAXで佐野公民館（☎463・6181 Fax 469・2243）へ。キャンセルは4月9日(木)まで



福祉

■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。
時 3月8日(土) 午後1時～2時30分 **所** (社) 泉佐野たんぽぽの会 **内** 「ガーデニング」・みんなで花壇に花を植えます。**対** 認知症の理解を深めたい人 **料** 無料 **問** 片木谷（☎090・7880・9191）



■認知症カフェ

「オレンジカフェ つむぐ」

時 3月9日(日) ①午前10時～11時30分 ②午前11時30分～午後0時30分 ③午後0時30分～1時 **所** オレンジホール（羽倉崎3丁目10番32号）**内** ①ミニらいとモルック体験・練習試合 ②カフェタイム ③生演奏タイム **料** 無料 **申** 不要 **問** 泉州つむぐ会（☎477・8059） **他** 車椅子可

■「よりみちカフェ」

毎月第3木曜日はカフェや健康体操、奇数月にはミニ講座を開催しています。

時3月20日(木) 午後1時～2時30分
所 コーポ泉佐野店2階集会室 **内** 講師が心を映すフォトグラフィアールによる「今日からはじめる人生会議」大切な人と今やるべき3つのこと **料** 100円 **申** 不要 **問** 奥村（☎070・2312・2525）

■おみせやさんごっこ

はたらくってなに？

劇を見たり、体感したり、おみせやさんごっこを通じて、子どもに「お金の大切さ」「働くことの大変さ」を伝える。保護者には、おこづかいの考え方など「子育て世代に役立つお金」について話します。親子で楽しめる体験型の勉強会です。
時 3月16日(日) ●1部：午前10時～正午 ●2部：午後1時30分～3時30分 **所** エプソンの森ホール2階会議室 **対** 年中～小学生の子どもと保護者 **定** 各20組（先着順）**料** 無料 **特** 色 えんぴつ **申** 左記の二次元コードから **問** (一社) ママと子どもの子育てラボ事務局（☎0725・301496）



▶ 申込フォーム

■社会福祉センター

ふれあい交流会

社会福祉センターではひとりでも多くの市内高齢者の健康で輝きのある長寿を目指し、今年もふれあい交流会を開催します。
時 3月17日(月) 午後1時30分（開場：午後1時）**内** 講 ●「笑う門には福来る！生活に笑いを！人生にうるおいを！」(60分)・桂 文五郎さん(桂 文珍一門)・笑いは健康生活の基本。小笑い大笑い、上方古典落語を2席聞きながら、リフレッシュします。●「認知症について理解を深めよう！」
認知症サポーターについて、認知症の症状について理解を深めよう！(30分)・森本さん(ウエルシア薬局 管理薬剤師) **対** 60歳以上の市民 **定** 100人（先着順）**料** 無料 **主** 泉佐野市社会福祉協議会 **所** 申 3月4日(火) 午前9時以降に電話で社会福祉センター（☎464・2563）へ

■大阪・関西万博開幕直前！

価値観や世界観が広がる
手話でつながろう
手話をおぼえよう

いよいよ開幕！大阪で開催される日本国際博覧会2025をテーマに万博会場で使える手話を楽しみましょう。（お楽しみプレゼントあり）
時 3月17日(月)・24日(月) 午後1時30分～3時（全2回）**対** 16歳以上

定 30人（先着順）**講** 里井厚子さん（泉佐野市聴覚障がい者部会）**料** 400円 **持** 筆記用具 **所** 申 3月5日(水)以降に電話、FAXで北部市民交流センター本館・北部公民館（☎464・5725 Fax 469・2284）へ。受講料の納入・キャンセルは3月13日(木)まで



■精神保健福祉講座

時 3月19日(水) 午後3時～4時30分 **所** 熊取ふれあいセンター（熊取町野田1丁目1番8号）**内** 気分障がいについて **定** 40人（先着順）**講** 都築 諭さん（七山病院常勤医）**料** 無料 **申** 3月14日(金)までに地域活動支援センタールリエ（☎050・1559・0531）へ

■市民の共生社会フォーラム

精神保健福祉フェスティバルを開催しよう！
時 3月22日(土) 午後2時～4時30分 **所** 社会福祉センター **内** 精神保健福祉の理解を深めるため、社会福祉協議会、地域活動支援センター、精神科訪問看護事業所、人権関係者と当事者、市民らがフェスティバル開催をめぐって話し合います。
定 50人（先着順）**料** 無料 **申** 3月20日(木)までに電話で泉佐野市こころのバリアフリーを考える会（森島 ☎453・6326）へ

福祉（つづき）

■ボランティアのつづき

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。

時 3月26日(水)午後1時30分～3時

所 社会福祉センター 申 不要

問 泉佐野市社会福祉協議会（☎464・2259） 他 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。

■つくしんぼ事業

おひさまクラブ春コース

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。

時 ●4月15日～6月24日の毎週

火曜日 午前10時～11時30分 ●4

月16日～6月25日（4月30日、5

月7日除く）の毎週水曜日 午前

10時～11時30分 対 2歳～就学前

の子どもと保護者（初めての人の優

先）定 各15組（予定・先着順）

※締切後、定員に達しない場合は

随時募集 所 申 3月11日(火)・12

日(水) 午後1時～4時に電話で地

域子育て支援センターつくしんぼ

（☎469・0660）へ

■わたぼうし事業

おひさまクラブ春コース

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。

時 4月15日～6月24日の毎週火

曜日 午前10時～11時30分 対 2歳

～就学前の子どもと保護者（初め

ての人優先）定 12組（予定・先着

順）所 申 3月11日(火) 午後1時

～4時に電話で地域子育て支援セ

ンター分館わたぼうし（☎447・

6223）へ

■ひなたぼっこ

おひさまクラブ春コース

時 4月～6月の月曜日 午前10時

～11時30分（全9回）対 2歳～就

学前の子どもと保護者 所 申 電

話で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 ☎

465・1447）へ 他 詳しくは

問い合わせてください。

■令和7年度障害児（者）

スポーツ教室

ランニング、ストレッチ、マッ

ト運動、体力づくり・ほぐし運動

など軽スポーツを行います。

時 4月～来年3月の毎月第2土

曜日 午前9時20分～11時 所 J・

COM末広体育館（市民総合体育

館）対 市内在住・在勤・在学の小

学生以上の障害児（者）と介助者

（定員に満たない場合は市外でも

可）定 25組（先着順）料 600円

申 3月8日(出以降の午前9時

～午後5時15分（3月8日のみ午

前9時30分）にスポーツ推進課

（J・COM末広体育館内 ☎462・

2000 ☎469・2286）へ

■令和7年度障害児（者）

フライングディスク教室

アキュラシーボールなどを使っ

たフライングディスクの練習・指

導を行います。

時 4月～来年3月の毎月第3土曜

日 午前9時30分～10時30分 所 J・

COM末広体育館（市民総合体

育館）対 市内在住・在勤・在学の

小学生以上の障害児（者）と介助

者（定員に満たない場合は市外で

も可）定 30組（先着順）料 600

円 申 3月8日(出以降の午前9

時～午後5時15分（3月8日の

み午前9時30分）にスポーツ

推進課（J・COM末広体育館

内 ☎462・2000 ☎469・

2286）へ



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

●フルート教室 時 3月6日(木)・

20日(祝)午後1時～

●木彫教室 時 3月14日(金) 午前10

時～

●仕舞・謡曲教室 時 3月18日(火)

午後1時～

●古文書教室 時 3月22日(土) 午前

10時～

申 開催日の3日前まで

■子ども餅つき大会

時 3月9日(日) 午前11時～なくなり

次第終了 料 100円 申 不要

■恒例朝市

時 3月15日(土) 午前9時～午後4時

料 無料 申 不要

■ふろしき手づくりマーケット

時 3月15日(土) 午前10時～午後3

時 料 無料 申 不要

■新川塾

時 3月20日(祝) 午後2時～3時30分

内 近江と和泉を繋ぐ史料の紹介

IV根来家と中瑞雲斎 講 烏野茂治

さん（元近江八幡市文化財振興課

課長代理）料 200円 申 不要



■第4回 そば打ち体験

旧新川家住宅の外蔵で自分で

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？

出来上がり5人分のうち4人

分は持ち帰ります。

時 3月23日(日) 午前9時30分～午

後1時 定 8人（先着順）講 川谷

裕之さん 料 2,000円 持 エア

コン、タオル、三角巾、マスク、

持ち帰り用容器 申 3月20日(祝)ま

でに直接または電話で

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

■れきし館ワークショップ

「ハニカム形の

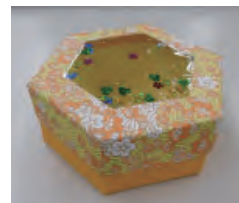
窓付き小物入れをつくらう！」

時 3月22日(土) ●午前10時～11時

30分 ●午後1時30分～3時 定 各

12人（先着順）料 無料 申 3月6

日(日)以降に直接または電話で



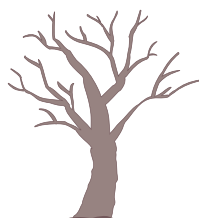
■桜の風車をつくらう！

時 4月6日(日) 午前10時～11時30

分、午後1時～3時45分 定 70人

（先着順）料 無料 申 不要 他 所要時

間は約15分





■ボランティアガイドの案内で行くウォーキングツアー

～泉佐野編～

時 3月14日(金) 午前9時30分～午後3時30分(予定) 所 【集合・解散】南海「泉佐野」駅【コース】集合↓旧朝日湯(Cozy Room)↓食野家邸宅跡↓西法寺↓大将軍湯↓ふるさと町屋館↓いろは蔵↓なかせ寄場と力石↓青空市場(昼食・買い物・せり見学)↓春日神社↓元銀行跡とお多福石↓上善寺↓解散(約4km) 定 30人(先着順) 料 無料 申 3月7日(金)までに二次元コードで 問 平日午前9時30分～正午、午後1時～5時に南海電気鉄道(株)人財戦略部(☎06・6644・7172)へ 他 雨天決行、荒天中止



▲申込フォーム

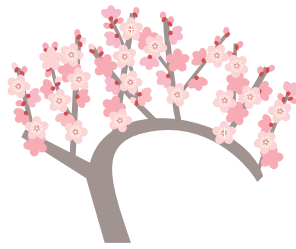
■国際交流フェスタ～シークルで

世界の人と遊ぼう！

モンゴル、中国、ウガンダ、ブラジル、ドイツなど、泉佐野市の国際交流員と一緒に、世界のファッションショー、バルーンアート、クイズ、アフリカの小物づくりなど、いろいろなことを体験しよう。参加者は泉佐野オリジ

ナルグッズをプレゼント。グッズにいろいろな国の文字で挨拶やあなたの名前を書きます。クイズに正解すると景品ももらえます！大人も子ども大歓迎。

時 3月20日(祝) 午後1時～2時30分(予定、雨天中止) 所 りんくうプレジャータウンシークル内フルフル広場(観覧車前) 料 無料 申 不要 問 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)



■子ども大人も楽しめる春休みカジュアルコンサート

春のひととき、ビッグバンド(せんしゅうANNパラダイスオーケストラ)の生演奏を楽しんでください。アニメソングの演奏もあります。幼児や希望者は、床に座って鑑賞するなど、ざつくばらんなコンサートです。子どもから高齢者まで気軽に参加してください。

時 3月29日(土) 午前10時30分～正午 所 南部市民交流センター本館 定 80人(先着順) 料 無料 申 3月10日

(月) 午前10時までに電話で南部市民交流センター青少年センター(申込専用番号 ☎449・4760)へ。二次元コードからも申込可

問 南部市民交流センター青少年センター(☎466・1745 Fax 466・1779)



▲申込フォーム

■泉佐野市少年少女合唱団 第48回演奏会

時 3月29日(土) 午後2時 所 エブノ泉の森小ホール 内 「アルプス一万尺」夢をかなえてドラえもん「ありがと野菜」 料 無料 申 不要 問 生涯学習課(☎469・7132 Fax 469・7133)

■泉佐野観光ボランティア協会

てくてくツアー

中世の絵図に残るため池を巡ろう

～日本遺産、大井関の桜の下でお茶会を楽しむ～

時 4月5日(土) 午前9時30分～午後1時(当日午前7時現在、降水確率50%以上で中止) 所 【集合】JR「日根野」駅【解散】南海バス「東上」バス停【コース】集合↓十二谷池↓八重治池↓尼津池↓日根神社↓大井関公園(昼食)↓お茶会(お茶券付き)に参加↓解散(希望者はJR「日根野」駅ま

での案内、国宝の多宝塔がある慈眼院(拝観料300円)の案内あり) 定 50人(先着順) 料 500円

時 併当、飲料水、雨具、敷き物 申 問 3月31日(月)までの午前10時～午後4時に電話、FAX、eメールで泉佐野観光ボランティア協会(☎458・3901 Fax 415・1427 eメール: sanoneem on@rinkuzaq.ne.jp)へ HP http://www.izumisano-kanvora.com/ 他 ホームページ、左記の二次元コードからも申込可。催行確認は、当日午前7時以降に緊急連絡先(☎080・3849・3901)へ



▲申込フォーム

■京都大学複合原子力科学研究所

【一般公開】

時 4月5日(土) 午前10時～午後4時(受付: 午後3時30分まで) 内 ●施設見学: 原子炉棟(炉室・ホットラボ)、廃棄物処理棟、BNCT加速器(パネル説明のみ) ●実演展示: 「拡散霧箱実験」「細胞の数え数えてみよう」 定 (施設見学のみのみ) 午前午後各40人(先着順) 申 3月4日(火) 午前10時～19日(休) 午後3時にホームページから 他 施設見学には顔写真付きの身分証明書(運転免許証など)の提示が必要(要)です

【桜公開】

時 4月6日(日) 午前10時～午後4時 申 ●団体(10人以上) 3月26日(木)までにホームページに掲載の申込書をeメールで送信 ●個人: 当日午後3時30分までに、正面ゲート近くに設けたテントで受付。所定の用紙に氏名などを記入してください 他 施設見学などの行事はありません

いずれも

料 無料 所 問 京都大学複合原子力科学研究所 学術広報本部(熊取町朝代西2丁目 ☎451・2300 eメール: gaku_kokai@tri.kyoto-u.ac.jp) HP https://www.tri.kyoto-u.ac.jp/events/19724 他 小学生以下は要保護者同伴。構内において、飲食は可能ですが(アルコール飲料除く)、禁煙および火気厳禁です。ペット同伴での入場はできません。詳しくはホームページをご覧ください。



▲ホームページ

その他（つづき）

■原子燃料工業株式会社

熊取事業所 一般見学会

原子燃料工業(株)熊取事業所では、原子力発電所を使用する原子燃料製造施設の見学会を開催します。

時 4月5日(土)午前10時～午後4時
(受付:午後3時まで) 内 ●原子力発電所用原子燃料製造施設見学
(対象:新小学1年生以上) ●パ
ネル展示、ビデオ上映 ほか 料 無
料 所 申 問 3月21日(金)までに住所・
氏名・年齢・電話番号を添えて、
FAXまたはeメールで原子燃料
工業(株)熊取事業所業務管理部(☎
452・7211 Fax 453・3555
9 eメール: webkou@nfi.co.
jp)へ HP <http://www.nfi.co.jp/>

他 当日、受付で顔写真付きの身分
証明書(運転免許証など)の提示
が必要です。証明書を持っていな
い人は、問い合わせてください。
なお、受付で手荷物検査がありま
す。詳しくは、ホームページをご
覧ください。



■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！

時 第1回:5月11日(日)午前9時45
分～午後3時30分(全5回) ※雨天
決行 所 泉佐野丘陵緑地(上之郷90
番地) ※無料駐車場あり 対 全回参
加できる18歳以上の人 定 20人(先
着順) 料 500円 持 昼食、飲料水
(パークセンター内に自動販売機あ
り) ※服装靴は汚れてもよい長袖
長ズボン、運動靴で 申 問 5月3日
(祝)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 HP <http://izumisano.kyuo.jp/> 他 詳しくはホームペー
ジをご覧ください。ホームペー
ジからも申込可。第2回～第5回の
日程は5月下旬～11月(7・8月除
く)の日曜日です。



■泉佐野てらこや「わらわら」

春の宿泊事業 New era!

「新しい仲間と 最高のスタートを」

子どもたちと大学生が主体とな
り、一緒に屋台を建てて運営する
春祭りや、土丸城を登りながら春
の植物や動物を画用紙にスケッチ
するスケッチ巡りなど、子どもた
ちと学生が一緒になって一つの企
画を全力で楽しめる空間をたくさ
ん用意します！初めての参加でみ
んなと馴染めるか心配という人
にも安心して溶け込める楽しいアイ
スプレイクを行います。1日目終
了の時点で、「全員友だち・全員
仲間」になること間違いなしで
す！

時 4月4日(金)午後7時～6日(日)
午後4時(2泊3日) 対 小学生
定 40人(先着順) 料 1万円 持 筆
記用具、保険証のコピー、着替え、
お風呂セットなど(2泊3日分)
所 申 問 3月14日(金)までの午前9
時～午後5時に電話で関西聖地霊
園内「てらこやネットワーク泉佐
野SANTERA」(☎459・77
11)へ。インスタグラム「さの
てらの日常」からも申込可



市政、イベント、暮らしに役
立つ情報などをお届けする他、
市民のみなさんと共につくる番
組です。また、泉佐野市のホー
ムページや、YouTubeの泉佐
野市公式チャンネルからも、ご
覧いただけます。

泉佐野市の情報もりだくさん!!

市民が主役の情報番組

泉佐野TV

さのてら!

放送ch : J:COMチャンネル(地デジ11ch)
番組時間 : 30分番組
放送枠 : 月曜日 正午～、木曜日 午後8時～、
土曜日 正午～(2週で約6回リピート放送)
※編成改編などで変更になる場合があります。
放送期間 : 月2回更新(前半1～15日、後半16日～月末)
視聴可能エリア : J:COMりんくう局エリア(貝塚市～岬町)
問合先 : 自治振興課

毎週月・木・土曜日

詳しくはホームページをチェック!
<https://www.city.izumisano.lg.jp/sanotele/>

YouTubeやSNSからも
情報を発信しています。

