

イベント インフォ メーション

文化 · 教養

文化・教養
福祉

歷史 健康

相談

その他

【受付時間】

- レイクアルスター・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
 - いづ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・カワサキ歴史館いづみさの
火～日曜日（毎月最終木曜日除く）午前9時～午後5時
 - J:COM未広体育館（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。

■香り立つ手作りバスボム
心も身体も温まる精油（アロマ）
と重曹、クエン酸と海塩でつくる
シユワシユワの入浴剤作りで、
地球と心と身体に優しいバスボム
を自分へのご褒美やプレゼントに
いかがですか？



日本語も堪能なので、初心者でも安心です。
■ 2月24日～3月24日の毎週火曜日 午前11時～正午（全5回） ■ 16歳以上 ■ 10人（先着順） ■ ジヨン・ヴァデルナさん（北部市民交流センター本館登録講師） ■ 1,000円
筆記用具 ■ 2月5日木以降に電話、FAXで、受講料の納入・キヤンセルは2月19日木まで

■英語に触れてみよう

北部公民館

北部市民交流センター本館

Fax 469・2284

464・5725

■図書館バックヤードツアー
普段は見ることができない、書庫や移動図書館ルリビタキの車庫などをめぐるツアーに参加しませ

「シギハギ工場のふしぎな工」
2月21日(土)午後2時(開場)
午後1時45分) 定50人(先着順)
■無料 ■不要 他上映時間69分。
隔月第3土曜日に子ども向け「映
画会」を予定

レイクアルスター・プラザ・カワサキ
中央図書館

A photograph of four round bath bombs with dried flower petals on top, arranged on a wooden tray. The bombs are white with visible layers and small red and orange flower pieces on top. The tray is on a light-colored surface.

3月5日㈭ ●午前10時30分～
11時30分 ●午後1時～2時 ●午後3時～4時 4歳以上（未就学児は要保護者同伴） 各4人
(先着順) 若林宏美さん(tatami works) 2,200円 (材料費含む)
2月9日㈪以降に電話、FAXで。受講料の納入・キヤンセルは2月25日㈬まで 他 作る型で大きさが違うため、人により持ち帰り個数が4～5個になります。

朝の忙しい時間でも、バランスよく安心安全な材料で手早くできるお弁当づくりを提案します。

3月7日(土)午前10時～午後の時間
30分 内油揚げのサモサ風、旬菜三種
16歳以上 12人（先着順）

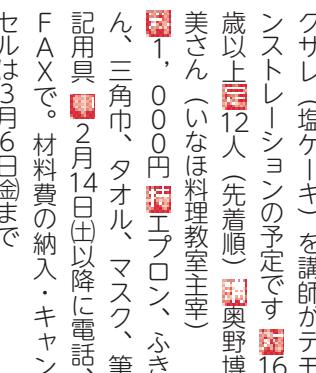
柴田由実子さん（実りの木主宰）
1,000円 持ちプロン、ふきん、三角巾、タオル、マスク、いん、



■ 日根野公民館 Fax 450-3900
468-0011

なんか?また、昨年好評いただいた
自分で展示コーナーを作る企画
「みてみて!私のオススメ本」に
も挑戦してください。

A photograph of a traditional Korean meal spread on a wooden table. In the center is a large bowl of bibimbap with various toppings. To the left is a small bowl of kimchi and a bowl of soup. To the right are two more bowls of soup and a small dish of kimchi. A pink napkin and a woven basket are also visible.



3月15日(日)午前10時～午後11時
内春の幸海の幸の和え物と混ぜ
はん、甘辛チキン、ほんのりピリ辛スープ※残り野菜で米粉のケイ

■エシカルクッキング
～健康で環境にも配慮した料理を
学びながら、美味しいご飯を作つ
て食べませんか！～
(健康マイレージさのぽつ歩対象
人や自然環境、またお財布にも
優しく、健康なご飯を)
の納入・キャンセルは2月27日(金)
まで

文化・教養（つづき）

■健康料理教室

「ひと手間かけたひな祭り料理」

（健康マイレージ さのぼつ歩対象）

2月17日(火) 午前10時～午後1時
内手綱寿司、あんかけ空也蒸し、白菜巻きのおひたし、れんこんの直かつお煮、三色団子

関心のある人 15人（先着順）
伊崎眞弓さん（栄養士）

1,000円 プロパン、マスク、三角巾、ふきん2枚、筆記用具

が電話（聴覚障害者のみFAX）で
南部市民交流センター 本館（☎466-1641 Fax 466-4744）
へ。材料費の納入・キャセルは2
月10日(火)まで

更になる場合あり
申込 2月3日(火)～10日(火)に本人
が電話（聴覚障害者のみFAX）で
南部市民交流センター 本館（☎466-1641 Fax 466-4744）
へ。材料費の納入・キャセルは2
月10日(火)まで

■癒されweek
テーマ「春の贈りもの」

開催日（2月）

講座名

③21日(土)	ハーバリウム
①②午前10時30分～午後0時30分	②17日(火)
③午前10時30分～午後0時30分	①17日(火)
各12人（先着順）	プリザーブドフラワー アレンジメント ディフェューザー



福祉

地域子育て支援センター つくしんぼ

☎469-0660
Fax 469-0667

あそびの広場～今まで遊び～

30分、午後1時30分～3時30分
③午前10時30分～午後0時30分
各12人（先着順）
3,200円

り用袋

組（先着順）

無料

2月2日

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

（用以降の平日 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よう。

■手軽に作ろうヘルシー「はん」～食材をまんべんなく取り入れ～

（健康マイレージ さのぼつ歩対象）

免疫力を高めましょう！

2月26日(木) 午前10時～午後1時
豚の角煮（煮卵・青菜添え）、人參と昆布のナムル、大根の塩こ

うじ漬け、豆腐のすまし汁、白玉

三角巾、ふきん2枚、筆記用具

が電話（聴覚障害者のみFAX）で
南部市民交流センター 本館（☎4

66-1641 Fax 466-4744）
へ。材料費の納入・キャセルは2

月10日(火)まで

内容は予告なく変更になる場合あり

申込 2月3日(火)～10日(火)に本人

が電話（聴覚障害者のみFAX）で
南部市民交流センター 本館（☎4

66-1641 Fax 466-4744）
へ。材料費の納入・キャセルは2

月10日(火)まで

内容は予告なく変更になる場合あり

申込 2月3日(火)～10日(火)に本人

が電話（聴覚障害者のみFAX）で
南部市民交流センター 本館（☎4

66-1641 Fax 466-4744）
へ。材料費の納入・キャセルは2

月10日(火)まで

内容は予告なく変更になる場合あり

申込 2月3日(火)～10日(火)に本人

が電話（聴覚障害者のみFAX）で
南部市民交流センター 本館（☎4

66-1641 Fax 466-4744）
へ。材料費の納入・キャセルは2

月10日(火)まで

内容は予告なく変更になる場合あり

申込 2月3日(火)～10日(火)に本人

が電話（聴覚障害者のみFAX）で
南部市民交流センター 本館（☎4

66-1641 Fax 466-4744）
へ。材料費の納入・キャセルは2

月10日(火)まで

内容は予告なく変更になる場合あり

申込 2月3日(火)～10日(火)に本人

が電話（聴覚障害者のみFAX）で
南部市民交流センター 本館（☎4

66-1641 Fax 466-4744）
へ。材料費の納入・キャセルは2

月10日(火)まで

内容は予告なく変更になる場合あり

申込 2月3日(火)～10日(火)に本人

が電話（聴覚障害者のみFAX）で
南部市民交流センター 本館（☎4



■小地域ネットワーク活動報告集会

地域で暮らす支援者を見守り
や交流活動にとりくむ小地域ネット
ワーク活動の報告会です。

（健康マイレージ さのぼつ歩対象）

免疫力を高めましょう！

2月25日(木) 午後1時30分～3時
●実践報告：長坂地区福祉

団子きなこソースかけ 16歳以
上 12人（先着順）
●無料

円 プロパン、三角巾、ふきん
2枚、マスク

2月6日(金) 以降に電話、FAXで長南公民館
（☎465-0786 Fax 465-1103）へ。材料費の納入・キャ
セルは2月19日(木)まで

■子育て講座

「赤ちゃんとふれあいマッサージ」

赤ちゃんとゆっくり触れ合いな
がら、コミュニケーションをとつ
てみませんか？

3月19日(木) 午後1時30分～2時
15分
●地域子育て支援センター つくし
んぼ 15組（先着順）
智代さん（きた助産所助産師）
無料

3月19日(木) 午後1時30分～2時
15分
●地域子育て支援センター つくし
んぼ 15組（先着順）
智代さん（きた助産所助産師）
無料

3月19日(木) 午後1時30分～2時
15分
●地域子育て支援センター つくし
んぼ 15組（先着順）
智代さん（きた助産所助産師）
無料

3月19日(木) 午後1時30分～2時
15分
●地域子育て支援センター つくし
んぼ 15組（先着順）
智代さん（きた助産所助産師）
無料



▲上野山裕士さん

■介護負担を軽くするための備え

（健康マイレージ さのぼつ歩対象）

介護負担の備えを見直し、男女
ともに無理なく関われる視点と古
武術の知恵を活かした安全な身体
の使い方を学ぶ講座です。

2月13日(金) 午後1時～3時
●木下星集さん（社会福
祉士のフォトグラファー）：介護
マに関心のある人 50人（先着
順）
●レイクアーラスター・プラザ・カ
ワサキ生涯学習センター テー
マ：石田泰史さん（武術操身法遊武
会主宰）：古武術を活かした疲
れないカラダづかい

●石田泰史さん（武術操身法遊武
会主宰）：古武術を活かした疲
れないカラダづかい

●レイクアーラスター・プラザ・カ
ワサキ生涯学習センター テー
マ：木下星集さん（社会福
祉士のフォトグラファー）：介護
マに関心のある人 50人（先着
順）
●木下星集さん（社会福
祉士のフォトグラファー）：古武術を活
かした疲れないカラダづかい

●石田泰史さん（武術操身法遊武
会主宰）：古武術を活かした疲
れないカラダづかい

▲申込
フォーム

福祉(つづき)

おひさまとおまんじゅう横丁

「認知症になつ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伝えたい、取り組んでみませんか。



■ 2月14日(土) 午後1時～2時30分
新岡本町内会館 **毛糸コースター**
づくりでほっこりティータイム
認知症の理解を深めたい人 **無料**
片木谷 (☎ 090-7880-9191) **参加に応じておひさまポイント(おひば)をプレゼント**

認知症カフェ 【オレンジカフェつむぐ】

■ 2月15日(日) ①午前10時～11時30分 ②正午～午後2時 (2月から第三日曜日に開催) **オレンジホール(羽倉崎3丁目10番32号)** **①ミニらいとモルック体験練習試合** ②専門職が対応する福祉・介護・心の相談・認知症予防改善体操・ゲーム・クイズ、音楽タイム・歌・楽器・その他) **無料**

料金 不要 **泉州つむぐ会** (☎ 477-8059) **車椅子可**



精神保健の映画を見る会

精神障害のある人も互いに助けあう地域について考えます。精神障害のある人も互いに助けあう地域について考えます。



▲申込フォーム

ルリエバザー

■ 2月28日(土) ● 午前10時～正午
● 午後0時45分～2時30分 **物販売** **地域活動支援センター** **タールリエ** (☎ 050-1559-0531) **家庭にある不用品** (新品・未使用品) を、バザー用品として提供をお願いします。(締切：2月16日)

自殺対策講座

依存症は、本人の意思の弱さではなく、脳の仕組や心理的・社会的因素が複雑に絡み合った病気だと言っています。周りの人たちが、依存症について知り、理解を深めることで、悩み苦しんでいる人たちを温かく見守ることができ、自死を選んでしまふ人を減らすことができるかもしれません。その一人になつてみませんか？

■ 2月28日(土) 午後1時30分～3時

社会福祉センターふれあい交流会 「笑いの力で日々の健康と生きがいをつくろう！」

笑いは健康生活の基本。「笑いヨガ」や大道芸でリフレッシュしませんか。

ト

「よりみちカフェ」

「なんとなく気になる」で大丈夫。毎月第3木曜日は、よりみちカフェでお待ちしています。

■ 2月19日(木) 午後1時～2時30分
新コーナー 泉佐野店2階集会室
「お薬との上手な付き合い方」
多すぎるを防ぐコツ」 薬剤師と、飲みすぎ・飲み忘れの前に薬のことと一緒に考えてみませんか？

■ 100円 **不要** **つかのまの会** 代表 奥村 (☎ 070-2312-2525) **車椅子可**

愛の献血

献血車が来ます。「協力お願いします。」

■ 2月15日(日) 3月1日(日) 午前10時～午後4時 **いこらも～る 泉佐野 地域共生推進課**

■ 2月28日(土) 午前10時～正午 **レジアルスター・プラザ・カワサキ生涯学習センター** **テー**マに関する人 (60人) (先着順) **● 泉佐野市メッセージノートについて**：泉佐野市社会福祉協議会・生前整理セミナー…屋宣明彦さん(家庭じまいアドバイザー)・家じまいセミナー…(株)情報都市 **無料**

■ 3月2日(月) 午前10時～11時 **1歳～就学前の子どもと保護者15組** (先着順) **おやじこらいぶ** **ねつと** **無料** **2月2日(月) 以降の平日 午前9時～午後4時** **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** (☎ 447-6223) **へ**

■ 3月13日(金) 午後1時30分～3時30分 (開場：午後1時) **60歳以上** **60人** (先着順) **たつきゆうさん** (大道芸人) **無料** **泉佐野市社会福祉協議会** **2月9日(月) 午前9時以降に電話で社会福祉センター** (☎ 464-2563) **へ**



※各施設の受付時間は、24ページをご覧ください。

心の整理、暮らしの整理 ～メッセージノート活用方法・生前整理・家じまいセミナー～

30分 **社会福祉センター** **不** 安の正体 精神障害者グループホームと地域 上映 **20人** (先着順)

無料 **直接**、電話またはeメールで泉佐野市「じろのバリアフリーを考える会」(☎ 453-6326) **eメール** : suberihiyu6@mail.com) **へ**

30分 (受付：午前9時10分～) **社会福祉センター** **「男性の自殺と依存症について～地域で自殺を防ぐために～」** **市内在住・在勤者50人** (先着順) **角田三穂子さん** (阪和いづみ病院精神科医師) **ほか** **無料** **3月4日(水)までに電話、FAXまたは申込フォームで基幹包括支援センターいづみさの(☎ 464-2977) Fax 462-5400) **へ** **手話通訳希望者**は申込時に**

30分 (受付：午前9時10分～) **社会福祉センター** **「男性の自殺と依存症について～地域で自殺を防ぐために～」** **市内在住・在勤者50人** (先着順) **角田三穂子さん** (阪和いづみ病院精神科医師) **ほか** **無料** **3月4日(水)までに電話、FAXまたは申込フォームで基幹包括支援センターいづみさの(☎ 464-2977) Fax 462-5400) **へ** **手話通訳希望者**は申込時に**

福祉(つづき)

文化・教養
大阪府障がい者スポーツ大会

健康

装は動きやすいもので) 2月7日(以降に電話、FAXで
申込) 2月7日(金) 25人(先着順)

以上 25人(先着順) 山本
類さん(フランクリントミック
講師) 1,000円(税込) パウ
(ない人は動きやすい服装で)
2月6日(金) 2月24日(火)まで

「フルマル17歳」
「映画上映会」
「わたしたちはADHD」

▲申込
フォーム

「普通のものさし」で見る、普通のものさしで生きづらさを感じている
2人の女子高校生が「普通」から脱
出、「本当の普通とは何か」へと
目ざめていく映画です。

3月19日(木) 午後6時~8時

料金

無料

申込

2月9日(月) 午前9時以降に電話または申込フォームでNP
O法人 ゆまで (☎ 458-75
22) へ



イクアルスター・プラザ・カワサキ生涯学習センター 80人(先着順)
2月9日(月) 午前9時以降に電話または申込フォームでNP
O法人 ゆまで (☎ 458-75
22) へ

●陸上競技(身体・知的障害者)・
●水泳競技(身体・知的障害者)・
5月16日(土)・東和薬品RACTA
Bドーム

●アーチェリー競技(身体障害者)・
●ボッチャ(身体・知的障害者)・
5月17日(日)・ファイン・プラザ大阪
イン・プラザ大阪

●ボウリング競技(知的障害者)・
5月23日(土)・マグスミノエ
●フライングディスク競技(身体・
知的障害者)・5月24日(日)・ファ
イン・プラザ大阪

●卓球・サウンドテーブルテニス
競技(身体・知的・精神障害者)・
5月30日(土)・東和薬品RACTA
Bドーム

●陸上競技(身体・知的障害者)・
●水泳競技(身体・知的障害者)・
5月16日(土)・東和薬品RACTA
Bドーム

第26回

大阪府障がい者スポーツ大会

文化・教養
福社

健康

相談

歴史

その他

長南公民館

Fax 465-0786

北部公民館

Fax 464-5725

以上 25人(先着順) 山本
類さん(フランクリントミック
講師) 1,000円(税込) パウ
(ない人は動きやすい服装で)
2月6日(金) 2月24日(火)まで

初めての太極拳体験講座
(健康マイレージさのぼつ歩対象)

2月20日(金)~27日(金)、3月6日(金) 午後3時30分~5時(全3回)

16歳以上 25人(先着順)

30分

16歳以上 20人(先着順)

健 康 (つづき)

■自力整体を体験してみよう!
(健康マイレージ さのぽつ歩対象)

自分で身体をゆつくり動かすことで、『凝り』や『歪み』を調整します。

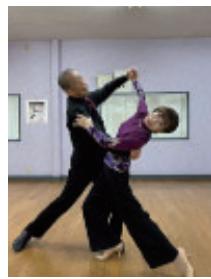
■登録クラス(講師) 無料 ヨガ
マットまたは大きめのバスタオル、フェイスタオル

3月3日(火) 午前10時30分~11時45分 16歳以上 16人 (先着順)
M・I・K・Iさん (佐野公民館)

10日(火)以降に電話、FAXで佐野公民館 (☎ 463-6181 Fax 469-2243)へ

■ピラティス体験講座
~心と身体のバランスを整え、柔軟な身体づくりを!~

(健康マイレージ さのぽつ歩対象)
3月15日(日) ● 初級編: 午前9時15分~10時30分 ● 中級編: 午前11時~午後0時15分 16歳以上 各16人 (先着順)
(Charis Ballet Studio 代表) 無料 ヨガマットまたは厚めで大きめのバスタオル、飲料水 (服装は動きやすいもので)



■はじめてみよう!社交ダンス
■フレイル予防に効果的&健康寿命を延ばしましょう!~

(健康マイレージ さのぽつ歩対象)

ダンスは多様な動作を含むため、下肢筋力・バランス・柔軟性を同時に鍛えることができます。また、脳の神経回路のつながりが良くなり、脳機能全体の活性化、認知機能低下の予防につながります。この機会にどうぞ。

■登録クラス(講師) 無料 ヨガ
マットまたは大きめのバスタオル、フェイスタオル

3月19日(木) 午前10時~正午 20人 (先着順) 植田季子さん (JD SF (公財) 日本ダンススポーツ連盟ブレミアディジョン資格指導員2級) 無料 上靴、タオル、飲料水 (服装は動きやすいもので)

AX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3月12日(木)まで

■泉佐野ふるさと町屋館
(旧新川家住宅) ☎ Fax 469-5673

■新川家教室
3月15日(日) 午後1時~3時
木彫教室 2月13日(金) 午前10時~11時
・仕舞教室 2月10日(火) 午後1時~2月14日(土) 午前10時~11時
開催日の3日前まで

相 談

■大阪府下一斉無料法律相談
(予約制)

大阪弁護士会が、本市定例の法律相談に加えて特別に開設します。

3月7日(土) 午後1時~4時10分
(相談時間は1人30分) 市役所1階相談室 市内在住者 (令和7年4月1日以降に本市の無料法律相談を利用したときと同一の相談は不可) 6人 (先着順) 2月20日(月)以降に人権推進課へ

■恒例朝市
2月21日(土) 午前9時~午後4時

■子ども餅つき大会
3月8日(日) 午前11時~なくなり次第終了 100円 不要

■れきし館ワークショップ
2月21日(土) ● 午前10時~11時

15人 (先着順) 無料 2月6日(金)以降に直接または電話で

■れきし館ワークショップ
2月21日(土) ● 午後1時30分~3時 各

12人 (先着順) 無料 2月20日(金)以降に直接または電話で

■整理券必要 100円
2月7日(土)~13日(金)に整理券を配布

■ミニチュア着物のストラップづくり
3月7日(土) ● 午前10時~11時



■歴史学講座
「[政基公旅引付] に見る
日根莊・盗みは大罪・」

2月15日(日) 午後1時30分~3時
40人 (先着順) 梶田航平(当館学芸員) 無料 2月3日(火)以降に直接または電話で

■ミニチュア着物のストラップづくり
3月7日(土) ● 午後1時30分~3時 各

12人 (先着順) 無料 2月20日(金)以降に直接または電話で

■百人茶会
立札 (椅子手前) です。気軽にどうぞ。

2月13日(火) 金以降に電話、FAXで日根野公民館 (☎ 450-3900 Fax 468-0011)へ



■歴 史

■歴史学講座
「[政基公旅引付] に見る
日根莊・盗みは大罪・」

2月15日(日) 午後1時30分~3時
40人 (先着順) 梶田航平(当館学芸員) 無料 2月3日(火)以降に直接または電話で

■冬季企画展特別講座
「火事の始末・江戸時代の
集住地における火災痕跡・」

2月23日(祝) 午後1時30分~3時
40人 (先着順) 若林幸子さん (公財) 大阪府文化財センター 無料 2月3日(火)以降に直接または電話で

■れきし館ワークショップ
2月21日(土) ● 午前10時~11時

12人 (先着順) 無料 2月20日(金)以降に直接または電話で

