

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

レイクアルスタープラザ・カワサキ
中央図書館
☎469・7130
Fax 469・7131

■土曜子どもシアター
「驚きー海の生きもの超伝説」
劇場版タワーウィンが来た！

6月20日(出)午後2時～(開場：午後1時45分) 定員50人(先着順)
無料 不要 上映時間83分
隔月第3土曜日に子ども向け「映画会」を予定

■七夕〜短冊に願いをこめて〜
館内に七夕飾りの笹を展示します。短冊に願い事を書いてみませんか。七夕の絵本や、七夕飾りの作り方の本なども集めて展示していますので、ぜひご覧ください。

6月26日(金)〜7月7日(火) レイクアルスタープラザ・カワサキ中央図書館、佐野公民館図書室、長南公民館図書室、北部公民館図書室、日根野公民館図書室 無料 不要

■Board Game Day
中央図書館で好評だったボードゲームを今回は日根野公民館図書室で開催します！

ボードゲームには論理的な思考力やコミュニケーション能力を育てる効果があると注目され、世界各地の図書館で行われています。

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体験してみませんか？

7月19日(日) 午後1時30分〜3時30分(開場：午後1時15分) 新日根野公民館 4歳以上 定員10人(先着順) 無料 7月4日(出) 午前9時30分以降に直接または電話で

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。(聴覚障害者等は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
「味と栄養バランスが良い 夏メニュー」

体が暑い夏を乗り切るために「健康マイレージ」のほつ歩対象
6月23日(火) 午前10時〜午後1時
鶏と卵のコロッケ、ブラウンス、南瓜の冷製スープ、彩りサラダごま風味、シュリンプピラフ、コーヒゼリー 定員15人(先着順) 伊崎真弓さん(栄養士) 1,200円 エプロン、マスク、三角巾、ふきん2枚、筆記用具 6月2日(火)〜16日(火) 材料費の納入・キャンセルは6月16日(火)まで

■手づくり教室
「お花のワイヤーリース」
「まつすぐなワイヤーから かわいいお花を咲かせましょう」

6月26日(金) 午後1時〜3時
12人(先着順) 山崎澄子さん 1,000円 ラジオペンチ、ニッパー 6月2日(火)〜19日(金) 材料費の納入・キャンセルは6月19日(金)まで



長南公民館
☎465・0786
Fax 465・1103

■季節の料理「夏の時短料理」
「パッツと簡単」夏の時短料理

6月20日(出) 午前10時〜午後1時
ごまダレ冷やしそつめん、玉子とトマトの炒め物、ゴヤとむね肉の山椒ナムル、夏野菜のポン酢漬、モーモーチャーチャー(冷たいお汁粉) 16歳以上 定員12人(先着順) 藤原あつきさん(長南公民館登録クラブ講師) 1,000円 エプロン、三角巾、ふきん2枚、マスク 6月5日(金)以降に電話FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月16日(火)まで

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

6月27日(出) 午後1時〜3時
16歳以上の女性 定員12人(先着順) 水嶋由美子さん(大阪きもの着付学院講師) 無料 ゆかた、半幅帯か大人女性の兵児帯、腰ひも3本、タオル、帯板、伊達締め 6月6日(出) 以降に電話、FAXで



■風呂敷活用講座
「風呂敷を楽しく使うために」

「包む」とは、ひと手間込められた心遣いを伝えること。風呂敷は日本で生まれた素晴らしい包みの文化です。
7月3日(金) 午前10時〜正午 16歳以上 定員10人(先着順) 安田幸子さん(旬お包み研究所 風呂敷マイスター) 1,000円 筆記用具、1辺が50cm以上の風呂敷(持参する場合) 6月9日(火)以降に電話、FAXで 風呂敷は講師が用意しますが、包みたい風呂敷があれば持参可

文化・教養 (つづき)

日根野公民館

☎450・3900
Fax 468・0011

将来に向けて知っておきたい お金の話

お金の専門家による家計の現状把握から将来設計・資産形成の考え方などを学びます。

時 6月20日(出)午後1時〜2時30分

料 30〜40歳代 20人(先着順)

料 金融経済教育推進機構認定講師 1000円 筆記用具 6月5日(金)以降に電話、FAXで

☎469・7132
Fax 469・7133

生涯学習課

☎469・7132
Fax 469・7133

第33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。

時 6月5日(金)〜7日(日) 午前10時〜午後5時(7日は午後4時30分まで)

所 エブノ泉の森ホール1階ギャラリー 油彩画、水彩画、水墨画など 無料 泉佐野美術協会

第39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。

時 7月3日(金)〜5日(日) 午前10時〜午後6時(5日は午後4時まで)

所 エブノ泉の森ホール1階ギャラリー 陶芸、写真、絵手紙、俳画、日本画、洋画、彫刻、書道、工芸 無料

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

紙バンドで作る

カワイイ小物入れ♡

エコな紙バンドを使って可愛くお洒落な小物入れを作ります。ちよっとしたプレゼントや散らかりやすい小物を入れておくのに大

活躍すること間違いなし！(サイズ：直径14×高さ11cm)

時 6月23日(火) 午後1時〜3時30分 16人(先着順) 名倉明代さん(フラフトA主宰)

料 700円 メジャー、洗濯ばさみ10個、はさみ、目打ちまたは

マイナズドライバー、ウエットティッシュ、筆記用具 6月5日(金)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月19日(金)まで 一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に。材料費納入時にピンクかブルーを選択(各8個)



みんなで楽しく歌いましょう♪

上手い下手は関係なし！童謡、唱歌、フォークソング、流行歌など、みんなで楽しく歌いましょう。肺活・脳トレにも効果的です。

時 6月26日(金) 午後1時〜3時

料 50人(先着順) 高野真理子さん(生涯学習センター登録クラブ講師) 100円 筆記用具 6月6日(出)以降に電話、FAXで

泉佐野市民オーケストラの

楽しいバイオリン体験教室

楽譜が読めなくても大丈夫。未経験者も大人も子どももみんなバイオリンを演奏しましょう。オーケストラの講師と団員が楽しく丁寧に指導します。

時 6月28日(日) 午後1時30分〜2時45分 ●午後3時15分〜4時30分 小学生以上(小学3年生以下は要保護者同伴。初めて受講する人優先) 各10人(先着順)

料 泉佐野市民オーケストラ講師・団員 無料 6月10日(出)以降に電話、FAXで



【アンコール企画】

レザーフラフト体験講座

オリジナルの パステルを作るろう！

初心者でも大丈夫です！本革でイニシヤ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：縦6.7×幅10cm)

時 7月4日(出) 午前10時〜正午

料 16歳以上(昨年度未受講者優先) 10人(先着順) 渡邊宏志さん(MATANABE-KABAN主宰) 1,500円 筆記用具、手拭きタオル(服装は汚れてもよいものかエプロンを持参)

6月9日(火)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは6月25日(休)まで 材料費納入時に革の色4色(薄茶、赤、緑、キヤメル)から好きな色を選択(各色限定数あり)



版画 (ドライポイント) の

作品を飾ろう！

特殊な腐食液を使わず、硬い針で直接板などに描画(絵や写真をなぞる)します。完成した作品を額に入れて飾りましょう。(サイズ：縦10×横10cm(額付き))

時 7月7日(火) 午後1時〜3時 16歳以上 10人(先着順) 辻義弘さん(春陽会) 300円 描きたい絵(写真)、筆記用具、持ち帰りの袋、(服装は汚れてもよいものかエプロンを持参) 6月11日(休)以降に電話、FAXで。キャンセルは6月30日(火)まで 一時保育(若干名・先着順)あり、希望者は申込時に



▲講師作成見本

イベント・インフォメーション

文化・教養 (つづき)

北都市民交流センター 本館・北部公民館
 ☎464・5725
 Fax 469・2284

■パンチニードル

糸を通した専用のニードルを使って片側からぶちぶちと刺す技法。イラストを描くようにステッチできるので、手芸初心者でも楽しめます。(サイズ：横10×縦10cm)
 ① 6月29日(月) 午後1時30分～3時30分 ② 16歳以上 ③ 10人(先着順)
 川崎美枝さん(北都市民交流センター 本館登録講師) ④ 800円(材料費含む) ⑤ 刺しゅう枠(ない人は別途110円) ⑥ 6月5日(金)以降に電話、FAXで。受講料の納入。キャンセルは6月22日(月)まで



■植物の蒸し染め

花や葉を布にちりばめ、棒に巻いて蒸し、草花の形や色を移し染める。蒸し染め。蒸しあがった布には、植物の色や形がやさしく移ります。
 ① 6月30日(火) 午前10時～午後1時 ② 16歳以上 ③ 10人(先着順)
 慈足さん(北都市民交流センター 本館登録講師) ④ 2,200円(材料費含む) ⑤ エプロン ⑥ 6月5日(金)以降に電話、FAXで。受講料の

納入・キャンセルは6月23日(火)まで

■造花で作るフタが閉まるボックスフラワー

造花で作るので作った後のお手入れも不要です。指先を使うことや箱に収まるように作ることで頭を使い、楽しみながら認知症予防にもつながります。(サイズ：縦8×横8cm)
 ① 6月30日(火) 午後1時30分～2時30分 ② 16歳以上 ③ 10人(先着順)
 井端由起さん(フラワーワークショップ 講師) ④ 1,200円(材料費含む) ⑤ はさみ、定規(15cm以上) ⑥ 6月4日(木)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは6月18日(木)まで



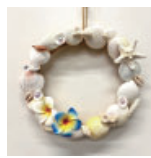
■桃ジャム作り講座

旬の桃を使って、自宅で作れる桃ジャム(約150g)作りをします。
 ① 7月6日(月) 午後1時～2時30分 ② 16歳以上 ③ 10人(先着順) ④ 若家ゆかりさん(手作り工房asumi 主宰) ⑤ 700円 エプロン、三角巾、ふきん、マスク、手拭きタオル、持ち帰り用容器 ⑥ 6月8日



■サマリーリースを作ろう

貝殻などのモチーフを使って夏らしい爽やかなリースを作ります。(サイズ：直径約20cm)
 ① 7月10日(金) 午前10時30分～正午 ② 16歳以上 ③ 10人(先着順)
 上田哲代さん(北都市民交流センター 本館登録講師) ④ 1,100円(材料費含む) ⑤ 6月8日(月)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは7月3日(金)まで



■コーヒーマイスターによるおいしいコーヒーの淹れ方

ちよつとしたコツで、コーヒーはさらにおいしくなります。おいしいコーヒーの淹れ方を知ってみませんか?初めての人も分かりやすく楽しく学べます。
 ① 7月13日(月) 午後1時30分～3時30分 ② 16歳以上 ③ 12人(先着順)
 本多佳子さん(Onigiri coffee) ④ 1,500円(材料費含む) ⑤ エプロン、マスク、筆記用具



① 6月9日(火)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは7月6日(月)まで

各種文化・教養

■折り紙で作る海辺の生き物

折り紙で作った6つの生き物を貼ってかわいいリースを作ります。小さな子どもでも楽しめます。
 ① 6月13日(日) ② なくなり次第終了 ③ 午前10時～午後4時 ④ 3歳以上(未就学児は要保護者同伴) ⑤ 30人(先着順) ⑥ 無料 ⑦ 不要 ⑧ 佐野まちライブラリー(☎447-7088)



■癒されWeek

テーマ「雨上がりのガーデン」

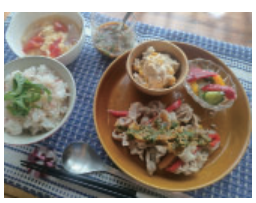
開催日(6月)	講座名
① 16日(火)	プリザーブドフラワーアレンジメント
② 16日(火)	ハーバリウム
③ 20日(土)	ハーバリウム

① ② 午前10時30分～午後0時30分、午後1時30分～3時30分
 ③ 午前10時30分～午後0時30分

① 各12人(先着順) ② 太田知佳子さん(アトリエフルール)
 ③ 各3,200円 ④ はさみ、持ち帰り用袋 ⑤ 開催日の3日前までに電話で(一財)泉佐野みどり推進機構りんくう中央公園(☎469・3332)へ

■季節の発酵料理講座

「暑い夏のおまもり、梅と発酵食、さらっと爽やか養生発酵ごはん」(健康マイレージさのぼっ歩対象)
 かんたん養生ごはんで、夏本番をすこやかに乗り切りましょう!
 ① 7月4日(日) 午前10時～午後1時 ② 梅香味ごはん、豚しゃぶとスタミナ栄養味ダレ、トマトと卵の糍スープ、とうもろこしの糍白和え ③ 夏野菜のぱぱっと梅糍漬け ④ 基本的な切り方ができる16歳以上 ⑤ 12人(先着順) ⑥ 辻井侑里子さん(いなほ醸し人インストラクター) ⑦ 1,000円 エプロン、ふきん2枚(食器拭き用)、三角巾、マスク、筆記用具 ⑧ 6月10日(火)以降に電話、FAXで佐野公民館(☎463・6181 Fax 469・2243)へ。材料費の納入・キャンセルは6月27日(土)まで



歴史

レイカアルスタープラザ・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

「泥めんこをつくろう!」
6月13日(出) 午前11時〜午後3時
30人 (先着順) 無料 不要



■筆ペンで書く七夕の和歌

万葉集や古今和歌集などで詠まれている和歌を書きます。
6月27日(出) ●午前10時〜11時30分 ●午後1時30分〜3時
各12人 (先着順) 無料 6月12日(金)以降に直接または電話で



泉佐野ふるさと町屋館
(旧新川家住宅)
☎4699・5673

■新川家教室

●木彫り教室 6月12日(金) 午前10時
●仕舞・謡曲教室 6月16日(火) 午後1時
●フルート教室 6月18日(木) 午後1時
●古文書講座 6月27日(出) 午前10時
開催日の3日前まで

■恒例朝市

6月20日(出) 午前9時〜午後4時
無料 不要

■ふろしき手作りマーケット

6月20日(出) 午前10時〜午後3時
無料 不要

福祉

泉佐野市社会福祉協議会
☎4644・2259
Fax 4622・5400

■ボランティア体験プログラム

体験したら、ボランティアのイメージが変わるかも。楽しみながら、誰かの役に立つ体験。新しい自分に出会おう!体験プログラムの内容などの詳細については、随時ホームページに掲載予定です。

ぜひご覧ください。
6月1日(月)〜11月30日(月) 泉佐野市社会福祉協議会ボランティアセンター
福祉施設でのお話相手、イベント運営の補助、ボランティアグループ活動体験など
小学生以上 50人 (先着順)
無料 (ボランティア活動保険料は社会福祉協議会が負担。来年3月31日(火)まで補償) 直接または電話、eメール (sanovc@zuisanoshakyor.jp) へ



▲ホームページ

■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。
6月24日(火) 午後1時30分〜3時
社会福祉センター 無料 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。



地域子育て支援センター
つくしんぼ
☎4699・0660
Fax 4699・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。
7月1日(火) 午前10時〜11時30分
地域子育て支援センターつくしんぼ
おひさまクラブに参加していない満2歳〜就学前の子どもと保護者 15組 (先着順)
無料 6月1日(月)〜30日(火)の平日 午前9時〜午後4時に直接または電話で

■あそびの広場

〜夏まつり〜
7月3日(金) 午前10時30分〜11時15分
レイカアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター
就学前の子どもと保護者 25組 (先着順) 無料 6月1日(月)〜7月2日(火)の平日 午前9時〜午後4時に直接または電話で

■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。
7月15日(火) 午後1時30分〜2時30分
地域子育て支援センターつくしんぼ 10人 (先着順) 子育て支援センターつくしんぼ職員

無料 7月13日(月)までの平日 午前9時〜午後4時に直接または電話で

■子育て講座

音楽に合わせて子どもと一緒にからだを動かしてみませんか?歌やリズムに合わせて、親子で笑顔いっぱい楽しみましょう。
7月22日(水) 午前10時〜11時
地域子育て支援センターつくしんぼ
1歳〜就学前の子どもと保護者 15組 (先着順) おやつこらいぶねっと 無料 6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

■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。
①火曜日コース: 9月1日〜11月10日の毎週火曜日 (9月22日、11月3日除く) 午前10時〜11時30分
②水曜日コース: 9月2日〜11月11日の毎週水曜日 (9月23日、11月4日除く) 午前10時〜11時30分 (各全9回) 2歳〜就学前の子どもと保護者 (初めての人の優先) 各15組 (先着順) ①6月23日(火) ②6月24日(水) 午後1時〜4時に電話で。定員に達しない場合は締切以降も随時募集

福祉 (つぎ)

地域子育て支援センター分館

わたぼうし
☎ Fax 4 4 7・6 2 2 3

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？

☎ 7月7日(火) 午前10時30分～11時15分
 1歳～就学前の子どもと保護者 15組 (先着順) 無料
 ルピナス (おはなし会ボランティアサークル) 無料
 6月8日(月)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

「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。親子でいろいろな遊びをして交流しましょう。

☎ 9月1日～11月10日の毎週火曜日 (9月22日、11月3日除く) 午前10時～11時30分 (全9回)

2歳～就学前の子どもと保護者 (初めての入園先) 12組 (先着順) 6月23日(火) 午後1時～4時に電話で

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)
☎ 4 6 5・1 4 4 7
Fax 4 6 5・5 7 8 8

子育て講座「ベビーマッサージ」

☎ 6月24日(水) 午前10時～11時
 6組 (先着順) はちどりのお家助産師 無料
 6月17日(水) 午後4時までに直接または電話で。定員に達しない場合は締切以降も随時募集

「おひさまクラブ秋コース」

親子でいろいろな遊びをして交流しましょう。

☎ 9月7日～11月30日の毎週月曜日 午前10時～11時30分 (全9回)
 満2歳～就学前の子どもと保護者 6組 (先着順) 7月6日(月) 午前10時～午後4時に電話で。定員に達しない場合は締切以降も随時募集

各種福祉

愛の献血

献血車が来ます。ご協力をお願いします。

☎ 6月7日(日)、7月5日(日) 午前10時～午後4時
 いこらもぐる泉佐野 地域共生推進課



市民後見人養成講座

オリエンテーション

市民後見人とは、家庭裁判所から成年後見人として選ばれた市民のことで、市民ならではの視点を生かした地域福祉活動を行っています。令和7年度は1人が大阪府市民後見人養成講座を修了し、令和8年4月1日付で新たに市民後見人バンクに登録されました。市民後見人になった後も、定期的に市内の市民後見人との交流会での仲間づくりや、知識のアップデートのために、府内で年3回の研修会があります。また、市や社会福祉協議会、専門職の助言や相談を受けながら活動できるため、安心して取り組めます。社会貢献への意欲と熱意のある人や、活動内容に関心のある人は、ぜひ参加してください。

☎ 6月13日(土) 午前9時50分～正午・opos1福祉総合センター2階研修室2 (岸和田市野田町1丁目5番5号)
 ● 7月4日(日) 午前9時50分～正午・泉南市役所 大会議室 (泉南市樽井1丁目1番1号) 成年後見制度の概要、市民後見人の活動報告、市民後見人養成講座について 25歳以上70歳未満の人 (令和9年3月31日時点) 無料
 地域共生推進課で申込書を入力し、実施2日前までの平日 午前9時～午後5時30分に電話、FAXで府 社会福祉協議会 権利擁

「おひさまとニコリ語り」

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合い、取り組んでみませんか。

☎ 6月13日(土) 午後1時～2時
 エブノ泉の森ホール 広場 (口ゴマークユニフォームを見つけてください) 認知症の理解を深めたい人 無料 片木谷 (☎ 090・7880・9191) 参加に際しておひさまポイント「おひぽ」をプレゼント

自分だけのオリジナル缶バッジ やしおりづくりを体験しながら、お茶会で他の人との交流やコミュニケーションなどを楽しんでもみませんか。

☎ 6月15日(月) 午後1時～3時
 シャッピーハウス (大西1丁目16番5号) 市内在住で、ひきこもり、生きづらさを感じている当事者・経験者 無料 縁起プロジェクト 不要 基幹包括支援センター いずみさの (☎ 464・2977)



「つくるーあそぶー奏でる」

おやうJENJOYフェス

☎ 6月14日(日) 午前10時～午後4時
 いこらもぐる泉佐野2階いこらの森 ステージイベント(演奏会、泣き相撲など)、飲食店の出店 (お弁当、惣菜パン、スイーツなど)、子ども向けワークショップ、ママも楽しめるマルシェ 不要 NPO法人おやとこらいぶねっと (赤井 ☎ 090・7497・2658)



「オリジナル小物づくり」

ワークショップ

生活困窮者自立支援事業
 プレ就労準備支援講座

自分だけのオリジナル缶バッジ やしおりづくりを体験しながら、お茶会で他の人との交流やコミュニケーションなどを楽しんでもみませんか。

☎ 6月15日(月) 午後1時～3時
 シャッピーハウス (大西1丁目16番5号) 市内在住で、ひきこもり、生きづらさを感じている当事者・経験者 無料 縁起プロジェクト 不要 基幹包括支援センター いずみさの (☎ 464・2977)

福祉 (つづき)

■認知症カフェ
「よりみちカフェ」

お茶を飲みながら、少し話して、少し笑って。「ここにきてよかった」と思える時間を大切にしています。認知症のある人、家族、地域の人が、だれでも気軽に立ち寄れる場所です。あなたのペースで来てください。今月はギター演奏で盛り上がりていきますよ♪

■6月18日(木)午後1時～2時30分
■100円 不要 泉州つながる会 (玉置 ☎080・5757・7976) 車椅子可

■オレンジカフェ

■6月21日(日) ①午前10時～11時30分 ②正午～午後2時 所オレンジホール(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カフェタイム、音楽タイム 無料 不要 泉州つむぎ会 (☎477・8059) 車椅子可



■ファミリー・サポート・センター
ママ交流会
〜ベビーマッサージ&
アロマスプレー作り〜

■6月20日(土) ①午前10時30分～正午…ベビーマッサージ(夜泣き・ぐずりの軽減、寝付き改善に) ②午後1時～2時30分…スプレー作り(自然の香りでリフレッシュ。柑橘・リラククス・虫よけから選べます) ※正午～午後1時に交流会あり 所次世代育成地域交流センター ①2カ月～1歳の赤ちゃんと保護者 ②就学前の子どもと保護者 各4組(先着順) 所きたがわひろみさん(ベビーマッサージ講師) 各700円 ※いずれも会員は200円引(当日入会可)



■バスツアー(①のみ) 6月1日(月)以降の平日 午前9時～午後5時に電話でいずみさのファミリー・サポート・センター(目 ☎090・6238・2345)へ 他出入り自由

■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ぼ1,000ポイントを進呈します。さのぼのカードまたはアプリの画面を提示してください。

■7月9日(木) 午前10時～(さのぼポイント付与受付…午前9時30分～午後2時) 所エブノ泉の森大ホール 無料 泉佐野市長生会連合会 不要 泉佐野市社会福祉センター (☎464・2563) 駐車の台数が限られていますので、なるべく公共交通機関を利用してください。59歳以下の人や市外在住の人も入場可

■ゲートキーパー養成講座
(泉佐野市自殺対策強化推進事業)

自殺について正しい知識を持ち、自殺の危険性に気づき、声かけができるようになります。声や姿勢などことば以外の傾聴技法とことばによる傾聴技法を練習します。

■7月8日(水) 午後2時～4時 所泉佐野市立社会福祉センター

■大阪府版ゲートキーパー養成研修(初級編) 市内在住・在勤者 40人(先着順) 所基幹包括支援センター いずみさの職員 無料 所7月2日(木)までに電話、FAXで基幹包括支援センター いずみさの (☎464・2977 Fax 462・5400)へ。申込フォームからも

可 他 手話通訳など、配慮が必要な

人は予約時に伝えてください。



▲申込フォーム

ゲートキーパーとは…
悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞き、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

■ペアレント・プログラム

子どもの行動に注目して、個性にあわせて褒める方法を、講師と一緒に学びましょう。

■7月17日(金)・31日(金)、8月7日(金)・21日(金)、9月4日(金)・18日(金) 午前10時～11時30分(全6回) 所次世代育成地域交流センター 所令和2年4月2日～令和6年4月1日生まれの子どもの保護者 12人(先着順) 所子育て支援課職員 無料 所6月8日(月)以降の午前9時～午後5時に電話で子育て支援課(☎493・2181)へ 他一時保育あり、希望者は申込時に

■資生堂ジャパン株式会社×
泉佐野市のコラボ企画
第4回泉佐野おしゃれカフェ(夏休み家族deメイク編) 3回シリーズ
好評につき、
再びシリーズ編で開催決定!!

令和7年度に実施した連続シリーズ企画が好評をいただき、今年度も「泉佐野おしゃれカフェ」を3回シリーズ編として開催します。資生堂ジャパン(株)の美容スタッフがスキンケアの基本を楽しく学べる時間をお届けします。子ども美容部員体験も実施予定です。子どもだけでなく保護者も楽しめる内容も実施します。

■7月18日(土)、8月1日(土)・8日(土) 午前10時～11時 所レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター 市内在住の小学生以上と保護者 10組(申込多数の場合は抽選) 無料 7月1日(水)午後5時までに申込フォームで、抽選結果はeメールでお知らせします。 所地域共生推進課 所詳しくは市ホームページ(ID:14474)をご覧ください。



▲申込フォーム



福祉 (つぎ)

発達のはび講座

第1回は公認心理士が「学び方」について考える「認知特性に合わせる」について話します。

7月24日(金) 午前10時～11時

市内在住の子育て中の保護者
20人(予定) 泉佐野市立児童発達支援センター専門職員 無料
新南 泉佐野市立児童発達支援センター(南中安松1548) 493・2040 電車は近隣のパーキングに駐車してください。一時保育(若干名・小学校低学年まで)あり、希望者は事前に問い合わせください。詳しくは市ホームページ(ID:7015)をご覧ください。



健康

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。
(聴覚障害者などはFAXで)

エンジョイスマイル体操

「暑い夏を迎える体を

作っておきましょう」

(健康マイレージさのぼっ歩対象)

汗をかくことって大事です!

6月24日(水) 午前10時～11時30分

15人(先着順) 川端恵美子

イベント・インフォメーション

無料 タオル2枚(汗拭き用、約80×30cmの体操用)、飲料水
室内用のひも靴(服装は動きやすいもので) 6月2日(火)～17日(水)



健康サポート教室

「骨盤底筋群エクササイズ」

(健康マイレージさのぼっ歩対象)
骨盤底筋群はインナーマッスルのひとつです。尿漏れ対策や姿勢を綺麗にしたい人はぜひ一緒に整えましょう。

6月29日(月) 午前10時～11時

おむね50歳以上 20人(先着順)

堀田笑子さん 無料 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) 6月2日(火)～22日(月)

佐野公民館 ☎463・6181
Fax 469・2243

佐野公民館

☎463・6181
Fax 469・2243

フィットネスKARATE

体験講座

(健康マイレージさのぼっ歩対象)

ノリの良い音楽に合わせて、空手の突き、蹴り、受けの動きをすることで脂肪を燃焼し、ストレスを発散しましょう。初めての人も大歓迎です。

6月20日(出) 午前10時～11時30分

中学生以上 12人(先着順)

和泉匡紀さん(長南公民館登録クラブ代表) 無料 タオル、飲料水、上靴、軍手(服装は動きやすいもので) 6月5日(金)以降に電話、FAXで

体験してませんか

(健康マイレージさのぼっ歩対象)

年齢や運動経験に関係なく参加してください。体も心もこのびさせてあげましょう。

6月27日(出) 午前10時30分～11時45分

16歳以上 16人(先着順) 垣谷伊都子さん(佐野公民館登録クラブ講師) 無料

ヨガマットまたは大きめのバスタオル、飲料水 6月9日(火)以降に電話、FAXで

(健康マイレージさのぼっ歩対象)

「腰の痛み」の原因と予防法について

腰からお尻にかけての痛みや張りといった「腰痛」の症状は、職業生活習慣、ストレスなどさまざまな要因によるものです。今回は、腰の痛みの原因や、予防する生活習慣、腰痛改善に効果が期待できる運動などを紹介します。

7月10日(金) 午後1時～2時

30人(先着順) 杉本 蒼さん(佐野記念病院リハビリテーション部 理学療法士) 無料 筆記用具 6月11日(木)以降に電話、FAXで

健康推進課

☎463・1212
Fax 461・4571

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っ歩対象)

6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: 檀波羅公園(一松風台西一交差点西側) 内の広場 ●コース: 大細利池周回コース 医師から運動を止められていない市民 無料 タオル、飲料水(服装・靴は動きやすいもので) 不要

歯の健康教室

「知って安心! 歯周病のおはなし」

歯科医師から教わる歯周病の予防・歯と体の健康を守るポイント (健康マイレージさのぼっ歩対象)
健康で生活するために、からだがいいことはじめましょう! ぜひ参加してください。

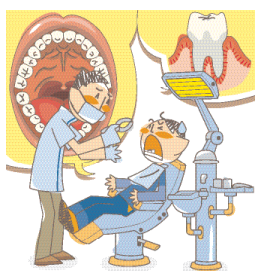
6月25日(木) 午後1時30分～3時30分

レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター

市内在住者 50人(先着順)

日根野谷 悠さん(泉佐野市南歯科医師会 歯科医師) 無料

6月4日(木)以降に電話で



まちの保健室

様々な健康問題を身近に相談できる場です。

6月25日(木) 午後2時～4時

泉佐野市役所市民ロビー ●「こんな時は救急車? どんなときに受診したらいい? 赤ちゃんのことから高齢の方まで生活や介護のことも相談承ります。」: 救急看護認定看護師 ●「がんに関する痛みやしんどさなどの症状について相談ください。」: 緩和ケア認定看護師 不要

☎463・1212
Fax 461・4571

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っ歩対象)

6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: 檀波羅公園(一松風台西一交差点西側) 内の広場 ●コース: 大細利池周回コース 医師から運動を止められていない市民 無料 タオル、飲料水(服装・靴は動きやすいもので) 不要

汗をかくことって大事です!

6月24日(水) 午前10時～11時30分

15人(先着順) 川端恵美子

文化・教養

歴史

福祉

健康

その他

健康(つづき)

各種健康

■地域健康教室
いつまでも若々

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。）

【開催】●6月11日(木)午後2時10分
～なごみ湯(笠松1丁目3番23
号)・20人(先着順) ●7月2日(木)
午後2時30分～羽倉崎温泉(東
羽倉崎町6番10号)・10人(先着順)
※受付はいずれも10分前【●6月
：認知症予防「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！ ●市内在住の
65歳以上ご家族【無料】地域共生
推進課



文化・教養

歴史

福祉

健康

その他

■理学療法士から学ぶヨガ
「本格的な夏に備えて整えよう」
（健康マイレージさのぼっ歩対象）
夏ハテは、室内外の温度差や冷た
い物の摂りすぎによる冷えなど、体
温調節や内臓機能の不調からくる自
律神経の乱れが原因です。本格的な
夏に備えて身体を整えよう。

【開催】6月20日～7月18日の毎週土曜
日午後1時30分～3時(全5回)
16歳以上【20人(先着順)】新
谷友子さん(マイトモコスタジオ
主宰)【1,000円】長めのフエ
イスタオル、ヨガマットまたはバス
タオル、飲料水(服装と運動靴は動
きやすいもので)【開催】6月4日
(休)降に電話、FAXで北部公民館
(☎464・5725 Fax469・22
84)へ。受講料の納入・キャンセ
ルは6月16日(火)まで

■（公財）正力厚生会助成事業
お買い物ついでにちよっと聞いて
みよう！「がんと暮らしのミニセミ
ナー＆相談会」
【開催】6月21日(日) ●午後1時～2
時30分・医療セミナー(①前立
腺がんのお話 ②胃がんのお話 ③
乳がんのお話) ●午後2時30分～
4時・専門家への相談ブース(医
療相談、在宅医療相談、遺言・相
続相談、介護の相談、体験者への
相談&茶話会、体験イベント(ケ
アリング・ヨガ、ハンドマッサージ、
肌診断、眉の描き方レッスン、
紫外線ヒースを使ったプレスレッ

ト作り)※いずれも先着順
【問い合わせ】泉佐野 2階いこ
らの森ホール【①西畑雅也さん
(岸和田徳洲会病院副院長) ②古
川陽菜さん(りんくう総合医療セ
ンター消化器外科副部長) ③岡田
公美子さん(くみこ乳腺クリニック
院長)【無料】不要【(一社)
らぶ(☎468・8395)



6月23日～29日は
「男女共同参画週間」

■ヨガで整える
カラダとココロを癒しましょう
（健康マイレージさのぼっ歩対象）
忙しい毎日から少し離れて、ゆっ
たりとした時間の中で心身をリセッ
ト。無理のない動きで自分自身と向
き合う、穏やかなひとときを過し
ませんか。

【開催】6月24日(水)午後1時～2時30分
新レイクアルスタープラザ・カワ
サキ生涯学習センター【50人(先
着順)】丸橋温恵さん(日本総合
ヨガ普及協会指導員)【無料】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)
【電話】☎469・7125
eメール: nitohito@city.jzumisai

【開催】6月27日(日)午後2時～4時
新スターゲイトホテル関西エア
ポート 6階アクアマリン【医療
フォーラム「治療選択のポイン
ト」あなたに合ったがん治療と
は】200人(先着順)【堀
信一さん(医師)、堀 篤史さん(医
師)、二代澤康司さん(アナウン

ser)へ。申込フォームからも
可【一時保育(若千名・3カ月)
就学前、先着順)あり、希望者は申
込時に(締切:6月17日(水))



▲申込フォーム

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!
【開催】6月26日(金)午前10時～11時30分
(開場:午前9時45分)【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】12人(先着順)【井上照子さ
ん(こどもヨガ専門士)】無料
【開催】6月13日(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

■アンチエイジングヨガ講座
（健康マイレージさのぼっ歩対象）
身体全体の細胞の入替を目指すス
トレッチヨガです。細胞の入替は一
番のアンチエイジング。顔のむくみ
の改善や透明感アップ、美肌効果も
期待できます。
【開催】7月4日(土)午前10時～11時30分
16歳以上【16人(先着順)】大
谷暁子さん(ジャパンヨガカレッジ
公認インストラクター)【無料】
タオル、飲料水、ヨガマットま
たは大きめのバスタオル(服装は動
きやすいもので)【開催】6月10日
(水)降に電話、FAXで長南公民館
(☎465・0786 Fax465・11
03)へ



【開催】6月10日(水)午後1時～2時30分
新レイクアルスタープラザ・カワ
サキ生涯学習センター【50人(先
着順)】丸橋温恵さん(日本総合
ヨガ普及協会指導員)【無料】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)
【電話】☎469・7125
eメール: nitohito@city.jzumisai

【開催】6月27日(日)午後2時～4時
新スターゲイトホテル関西エア
ポート 6階アクアマリン【医療
フォーラム「治療選択のポイン
ト」あなたに合ったがん治療と
は】200人(先着順)【堀
信一さん(医師)、堀 篤史さん(医
師)、二代澤康司さん(アナウン

イベント・インフォメーション

健康(つづき)

リズムミックライラダンス

体験講座

(健康マイレージさのぼっ歩対象)

多様なジャンルの曲を、みんなが同じステップで踊ります。初めての人も大丈夫！気軽に楽しくいっしょに踊りませんか。

時 7月5日(日)・12日(日) 午前10時～11時30分(全2回) 料 16歳以上

定 15人(先着順) 場 坂口 昇さん

(公社)全日本ダンス協会連合会認定ダンス教師) 料 無料 時 ダンスができる上靴、飲料水(服装は動きやすいもので)

所 6月12日(金)以降に電話、FAXで日根野公民館

☎ 4500・39000 Fax 468・0011) へ

■NHGキックエクササイズ教室
キックボクシングの動きを取り入れたエクササイズで、楽しく体を動かしませんか。男女・年齢を問わず参加できます。ダイエットやストレス発散だけでなく「交友関係が広がり楽しい」と好評です。キックボクシングを中心に体幹トレーニングや自重トレーニングなども行い、日常生活に必要な筋力を身につけることを目標に、一人ひとりに合わせたメニューで指導します。

時 ●水曜日：午前10時30分～11時30分 ●金曜日：午前10時45分～11時45分 ※時間変更などの場合あり
定 各9人(先着順) 料 1ヵ月3,000円(60分×4回) 所 直轄または電話で北部市民交流センター体育分館(☎464・8745)へ

000円(60分×4回) 所 直轄または電話で北部市民交流センター体育分館(☎464・8745)へ

000円(60分×4回) 所 直轄または電話で北部市民交流センター体育分館(☎464・8745)へ

その他イベント



ライフアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター

☎ 469・7120
Fax 469・7121

Show-gaku セタコンサート

ライフアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センターで活動するクラブの合同コンサート。オカリナ、南米音楽フォルクローレ、国民族楽器二胡の演奏のほか、楽器体験コーナーや特別ゲストの揚琴演奏も予定しています。

時 6月28日(日) 午後1時30分～3時30分(予定) 定 80人(先着順)

●オカリナクラブ花よれんげそう
●フォルクローレクラブZNI
●二胡クラブ昂 料 無料 場 6月6日(日)以降に電話、FAXで

Show-gaku お笑い寄席

笑門には福来る

佐野公民館登録クラブの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。

時 7月19日(日) 午後2時～(開場：午後1時30分) 定 80人(先着順)

料 無料 場 6月12日(金)以降に電話、FAXで

各種その他

■世界を知らうスリランカ編
「スリランカの魂に触れる」

「インド洋の真珠」スリランカで、古くから神々への祈りとして捧げられてきた伝統舞踊・キャンディアンダンス。繊細な装飾が施された衣装と力強いステップをお楽しみください。

時 6月20日(出) 午後1時30分～3時

所 南部市民交流センター本館

定 100人(先着順) 料 無料 場 キムさん(大阪観光大学3年生「スリランカ出身」) 時 6月17日(日)まで

の火土曜日 午前10時～午後5時

に電話またはメールでNPO法人

泉佐野地球交流協会(ica) ☎ 429・9741 eメール: ica@ica.jp) へ

■郷土芸能講座(盆踊り練習会)
8月1日(日)に開催(予定)の「泉佐野郷土芸能の集い」に向けて、泉佐野市に古くから伝わる「佐野くどき」や日根神社のゆかりで踊られる「五社音頭」などの練習会を開催します。練習会に参加した人には、モンドセレクション金賞を受賞した泉佐野市オリジナルサイダーとさのぼ500ポイントをプレゼントします!



▲ギムさん



▲ホームページ



▲ホームページ

■あつまれ☆さのキッズ!
人形劇めつきらもつきらどおんどん
ひとりぼっちのかんたは不思議な世界に入り込み、へんてこりんな三人組と出会います。遊びたがりの

三人とすっかり仲良くなったかんたは、くたくたになるまで遊び…。友だちができる嬉しさ、一緒に遊ぶ楽しさ、発見する驚きと喜び。子どもたちの目線にそって、伸びゆく子どもの姿をご覧ください。

時 7月12日(日) 午後2時～(開場：午後1時45分) 所 ライフアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター

料 公演作品：「ちよきちよきバーバー」カニのこやさんが切り紙ちよきちよき! 定 150人(先着順) 所 人形劇団あつからん♪

料 500円(1歳以下無料。ただし入場整理券必要) 場 6月11日(日)以降に直接ライフアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター、もしくは電話またはメールで泉佐野おやこ劇場(☎415・0222 eメール: izumisanooyako@inku.zaq.ne.jp) へ 所 泉佐野おやこ劇場、生涯学習課(☎469・7132)

場 全席自由席。詳しくはホームページをご覧ください。

※各施設の受付時間は、29ページをご覧ください。