

【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。

イベント インフォ メーション



木の端材を組み立てて動物など、好きなものを当日考えて自由に作ります。マスキングテープ、ボタン、布、マジックなどを使い楽しく飾って、オリジナルな動物やロボットを作ってみましょう。

■「夏休み企画」親子でDIY
～端材を使って動物やロボットを作ろう！～

8月23日(日) 午後1時30分～3時
おおむね5歳～小学3年生の子どもと保護者 12組（先着順）
北林敦子さん（暮らしカサタムアドバイザー） 1個500円
拭き用タオル、飲料水、持ち帰り用袋（A4サイズ程度）
8月5日(水)以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは8月20日(木)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

レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター

TEL 469・7120
FAX 469・7121

文化・教養

健康

相談

福祉

歴史

その他

■裁判傍聴してみませんか

実際の刑事裁判とはどのようなものか？法廷はどのような雰囲気で行われるのか？など、実際に裁判を傍聴して感じていただきます。中高生もぜひ体験してください。

8月25日(火) 午前11時30分 市役所正面玄関集合、11時40分出発、午後5時市役所正面玄関解散（予定）
所 大阪地方裁判所 ※現地集合、現地解散はできません。
料 中学生以上 20人（先着順）
無料 8月5日(水)～16日(日)に電話、FAXで

■「アンコール企画」

声のアンチエイジング
～喉トレ＆声トレ～

（健康マイレージさのぼつ対象）

喉や声の老化は40代から始まります。喉と声の若さの維持を目的とした効果的で楽しみながらできるトレーニングを紹介します。この機会にどうぞ！

8月27日(木) 午前10時30分～正午
おおむね40歳以上（昨年度未受講者優先） 24人（先着順）
安藤ひろえさん（フリーアナウンサー） 無料 筆記用具、飲料水 8月6日(木)以降に電話、FAXで。キャンセルは8月25日(火)まで

■パーソナルカラー診断

～あなたに似合う色はどんな色～
ピンク系とブルー系の2種類のドレープ（布）を当てながら何色が似合うか診断し解説していきます。また、カラーに関する座学もあります。

9月9日(水) 午後1時～3時
16人（先着順）※未受講者優先
北野恵子さん（日本パーソナルカラー協会認定講師） 無料
8月12日(水)以降に電話、FAXで 他 一時保育（若干名・先着順）あり、希望者は申込時に



■初めての二胡体験講座

東洋のバイオリンと言われる哀愁を帯びた音色が人気の中国民族楽器、二胡。初心者対象の体験講座で、二胡に触れてみませんか？

9月12日(土) 午前10時～正午
中学生以上 20人（先着順）
多田好伸さん（二胡クラブ代表） 無料 8月8日(土)以降に電話、FAXで

■自分に余白をつくる手帳講座

～紙の手帳を使いこなして、丁寧な日々を過ごす～
手帳には奥深い魅力があります。手帳を使うメリットや予定管理以外の使い方、使いこなすポイントなどを伝授します。

9月17日(木) 午前10時～正午
16歳以上 15人（先着順）
岩田里佳さん（クリエイティブライフダイアリー®手帳アドバイザー） 無料 筆記用具、スケジュール管理に使用中の手帳やスマートフォン、スマホなど

クラブ員募集「争クラブ」

初心者大歓迎。みなさん一緒に弾きませんか？（争の貸出あり）
第1～4木曜日 午後1時～3時
※活動時間に直接見学にお越しください。



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

■麻殻で作るヒンメリ

日本で古くから大切にされている植物、大麻（おおあさ）の茎を使って空洞部分に糸を通し、立体星形を作ります。（大きさは約10×10㎝）

☎8月25日（火）午前10時30分～午後0時30分 ☎16歳以上 ☎10人（先着順） ☎川本味沙さん（北都市民交流センター本館登録講師） ☎1,700円（材料費含む）

☎8月5日（水）以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは8月18日（火）まで



■リメイクで作るわんこの服

着なくなったTシャツをリメイクして、愛犬の洋服を作ります。（8kgまでのわんちゃんサイズ。中・大型犬は不可）

☎8月27日（木）、9月3日（木）午後1時～3時30分（全2回） ☎16歳以上 ☎ミシンが使える人 ☎6人（先着順） ☎加茂みのりさん（北都市民交流センター本館登録講師） ☎700円（材料費含む）

☎着なくなったTシャツ（大人用）、裁縫道具、裁ちばさみ、筆記用具、ご自身が使いやすいミシン

ン（あれば） ☎8月6日（木）以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは8月19日（水）まで

☎申込時に犬種、体重、首回り、胴回り、背丈を確認します。ミックス犬も分かる範囲で伝えてください。（例：「チワワ」と「プードル」）

■知っておきたい

アレルギーの基礎知識

～予防と日常生活の工夫～
（健康マイレージさのぼっ歩対象）

アレルギーの仕組みや発症に関わる要因を学び、毎日の生活で実践できる対策をアレルギーの子どもを持つ理学療法士がわかりやすくお話しします。

☎9月1日（火）午前10時30分～11時30分 ☎16歳以上 ☎20人（先着順） ☎数内恭子さん（理学療法士原因追究型の揉まない整体師） ☎300円（資料代含む） ☎筆記用具、飲料水 ☎8月7日（金）以降に電話、FAXで。

☎受講料の納入・キャンセルは8月25日（火）まで

■数内恭子さん



■チョコのモンキーブレッドとピロシキ

お家でも手軽にできるレシピを学びます。

☎9月7日（月）午前10時～正午 ☎16歳以上 ☎10人（先着順） ☎豊田明子さん（おさとパン工房）

☎1,200円（材料費含む）

☎エプロン、三角巾、ふきん、拭き用タオル、マスク、持ち帰り用袋または容器 ☎8月7日（金）以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは8月31日（月）まで



■モンキーブレッド

■切り文字体験教室

はさみでいろいろな形を切りながら、文字を切る体験をしていただきます。

☎9月12日（土）午前9時30分～11時30分 ☎16歳以上 ☎15人（先着順） ☎切り文字じよじよすけさん（切り文字作家） ☎500円（材料費含む） ☎はさみ ☎8月10日（月）以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは9月7日（月）まで

切り文字

じよじよすけさん



■能登半島地震から見る災害

9月は防災月間です。2024年に発生した能登半島地震の現地での災害支援活動を行った地域防災課の職員さんから、災害当時の写真を通してお話ししていただきます。

☎9月14日（月）午後1時30分～2時30分 ☎16歳以上 ☎30人（先着順） ☎泉佐野市地域防災課職員 ☎無料 ☎8月10日（月）以降に電話、FAXで。キャンセルは9月7日（月）まで

長南公民館

☎465・0786
Fax 465・1103

■切り文字体験

ハサミで文字を切ってみよう！

今までやったことのない驚きの切り文字を体験してください。

☎8月22日（土）午前10時～正午 ☎16歳以上 ☎10人（先着順）

☎切り文字じよじよすけさん（切り文字作家） ☎300円 ☎はさみ ☎8月5日（水）以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは8月20日（木）まで



■プリザーブドフラワーの壁掛け



※写真はイメージです

生花を特殊な加工液で長期保存できるようにしたプリザーブドフラワーを使用して、綺麗な壁掛けを作ります。見た目も触感も生花とほとんど変わらず、水やり不要で美しい状態が続きます。

☎8月27日（木）午後1時～3時 ☎16歳以上 ☎16人（先着順） ☎杉本由美子さん（花ぼびー主宰） ☎1,800円 ☎はさみ、ピンセット、

持ち帰り用袋 ☎8月6日（木）以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは8月20日（木）まで ☎大きさは縦20×横6cm程度。下の飾り部分は30cm程度

■手軽に作ろう

ヘルシーごはん（夏）

（健康マイレージさのぼっ歩対象）
時短料理で、上手に暑さを乗り切りましょう。

☎8月29日（土）午前10時～午後1時 ☎加子そつめん（半熟卵添え、鉄火みそ、ゆで鶏の松前あえ、杏仁豆腐風） ☎16歳以上 ☎12人（先着順） ☎松尾登美子さん（管理栄養士） ☎1,000円 ☎エプロン、三角巾、ふきん2枚、マスク

☎8月7日（金）以降に電話、FAXで。材料費の納入・キャンセルは8月25日（火）まで

■自転車の安全運転講習会

今年4月1日の道路交通法改正による、自転車運転するうえで注意点を学びます。また、反則金制度（青切符）の導入について説明していただきます。

☎9月2日（水）午後1時30分～2時30分 ☎16歳以上 ☎30人（先着順） ☎泉佐野警察署交通課 ☎無料 ☎筆記用具 ☎8月8日（土）以降に電話、FAXで ☎他急な事件などで中止になる場合あり

文化・教養（つづき）

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

■こどもくしょクラブ第2回
いっしょにもうじゅくりよう

本を読むのが好きな人も、「何を
読めばいいかわからない」とい
う人も大歓迎！図書館スタッフと
一緒に絵本や物語を楽しみなが
ら、自分にぴったりの一冊を探し
てみよう！

時8月9日（開場は15分前）

①ふたばクラブ：午前10時30分～
正午 ②よつばクラブ：午後2時～
3時30分 定各10人 ①年長・小
学1年生と保護者 ②小学2～4年
生 貸出カード、泉佐野こども読
書通帳（お持ちの人） 不要

■土曜子どもシアター

「プリンセスと魔法の花」

時8月15日（土）午後2時～（開場…
午後1時45分） 定50人（先着順）
無料 不要 上映時間84分。
隔月第3土曜日に子ども向け「映
画会」を予定

■北部夏休み映画会

夏休みの思い出に、みんなで
映画を楽しもう！

時8月22日（土）午後1時30分～
（開場…午後1時15分） 定北部公
民館3階ホール 上映作品「映

文化・教養

健康

相談

福祉

歴史

その他

画さんねんないきもの事典」（91
分） 定100人（先着順） 無料
不要 レイファルスタープラ
ザ・カワサキ中央図書館、北部公
民館図書室（☎469・5171）

■ぬいぐるみのおとまり会

おはなし会のあと、みなさんの
大切なぬいぐるみを図書館でお預
かりします。ぬいぐるみたちは図
書館で何をして過ごすのかな？ミ
ニアルバムのプレゼントと絵本の
貸出があります。

内時●おはなし会・ぬいぐるみ
のお預かり：9月19日（土）午前10
時30分～11時 ●お迎え：9月21
日（月）午後2時～4時（全2回）

小学生以下 定8人（先着順）
無料 ぬいぐるみ（一人ひと
つ。大きすぎるものは不可）、貸
出カード 9月5日（土）午前9時
30分以降に電話で

佐野まちライブラリー

☎447・7088

■広げてびくくり！

おり紙でうちわを作ろう

夏の風物詩のう
ちわを作ります。

時8月8日（土）な
くなり次第終了午
前10時～午後3時

4歳以上（未就
学児は要保護者同伴） 定30人（先



着順） 無料 不要

■傘袋でもこおばけを作ろう

目や口を貼って、紙コップの中
からもこもこ！

時8月29日（土）午前10時～午後4
時 定3歳以上（未就学児は要保
護者同伴） 定20人（先着順） 無
料 不要



各種文化・教養

■癒されweek

テーマ「風待ちの季節」

開催日 (8月)	講座名
①18日（火）	プリザーブドフラワー アレンジメント
②18日（火）	ハーバリウム
③22日（土）	ハーバリウム

時①②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
定各12人（先着順） 定太田知佳
子さん（アトリエフルール）
各3,200円 定はさみ、持
ち帰り用袋 所開催日の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

■友禅染（型友禅）体験講座

お気に入りの型紙を使って、T
シャツ、かばん、洋服などの素材
に描いてみませんか？

時8月21日（金）午後1時～3時
定小学4年生以上 定12人（先着
順） 定桂子さん（新日本和装
協会認定手描き友禅講師） 定50
0円 定染めたい物（Tシャツ、
かばん、洋服など）、筆記用具
所開8月5日（水）以降に電話、F
AXで日根野公民館（☎450・3
900 Fax 468・0011）へ。材
料費の納入・キャンセルは8月14
日（金）まで



■2026 ワイワイおしゃべり
フェスティバルピース

♪うこそ考えよう！命と平和♪
クラブ発表会その他、ギター演奏
で平和の歌を歌ったり、ダンスを
踊ったりと色々な催しを行いま
す。ぜひお越しください。

時8月23日（日）午後1時30分～4
時（受付…午後1時15分） 所レ
イファルスタープラザ・カワサキ
生涯学習センター 定テーマにち
なんだ、いずみさの女性センター
登録グループの発表 定50人（先
着順） 無料 定いずみさの女性

センターネットワーク（WN）
いずみさの女性センター
（☎ Fax 469・7125） 定手話
通訳を希望の場合は8月7日（金）ま
でに要申込

■健康料理教室

「夏バテを乗りきろう」

（健康マイレージさのぽつ歩対象）
時8月25日（火）午前10時～午後1
時 定とろろそば、海老の黄身酢
かけ、茄子の田舎煮、鶏の刺身風、
スノーゼリー 定15人（先着順）
定伊崎眞弓さん（栄養士） 定1,
200円 定エプロン、マスク、
三角巾、ふきん2枚、筆記用具
所開8月4日（火）～18日（火）に本
人が電話で南部市民交流センター
本館（☎466・1641 聴覚障
害者等のみ Fax 466・4744）
へ。材料費の納入・キャンセルは
8月18日（火）まで 定内容は変更の
場合あり

■一緒にあそぼう！

「楽しい楽しい人形劇！！」

人形劇や腹話術など、赤ちゃん
から大人まで楽しめます。

時8月29日（土）午前10時30分～11
時30分（開場…午前10時15分）
定50人（先着順） 定ハラエティシ
アターふきのとう 定無料 所開
8月5日（水）以降に電話、FAXで
佐野公民館（☎463・6181
Fax 469・2243）へ



二次元コード▶

■「男の厨房」
料理初心者の方も、料理好きの人も大歓迎!! 料理を楽しみながら地域と交流をしてみませんか? 地域とのつながりを感じながら、楽しい時間を一緒に過ごしましょう。
■9月12日(出)、11月14日(出) 午前10時〜午後1時(全2回) ※1回のみの参加も可
■レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター (9月12日分) 照り焼きレンコンバーブ、夏野菜のピクルス、貝沢山のお味噌汁、コーヒー
■40歳以上の男性 15人(先着順) 泉佐野市食生活改善推進協議会 各1,000円
■エプロン、三角巾、マスク、ふきん2枚、手拭き用タオル、筆記用具 8月3日(月)以降に二次元コード、電話、eメールで地域共生推進課(eメール: kyousei@city.yamunashi.jp)へ。材料費の納入・キャンセルは9月4日(金)まで

文化・教養(つづき)

■英語検定(5級〜2級)

■10月3日(出) 午前10時〜午後7時15分(予定・級別) 1. レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター 2. 市内在住者 3. 各級12人(先着順) 4. (級別) 2,400円〜6,800円(別途、結果資料郵送料が必要) 5. 8月4日(火)〜9日(日)の午前10時〜午後4時に検定料・結果資料郵送料を持ち参し、レイクアルスタープラザ・カワサキ中央図書館 地下受付へ。キャンセルは8月9日(日)午後4時まで 6. 青少年課(469・1106)
※詳しくは問い合わせてください。



健康

健康推進課

463・1212
Fax 461・4571

■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)
■8月17日(月) 午前9時30分〜10時30分 1. 健康センター 2. 暑さ指数が高い可能性があり、熱中症を引き起こす危険があるため、場所を変更して室内でストレッチなどを実施 3. 医師から運動を止められていない市民 25人(先着順)

■無料 4. タオル、飲料水(服装は動きやすいもので) 5. 8月3日(月)〜14日(金)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。

■8月27日(木) 午後2時〜4時 1. 泉佐野市役所市民ロビー 2. ●「自分らしく生きる(人生会議)」について家族と話したことはありますか?・「自分の歯でおいしく食べよう」・「お口のケアしてますか?」(急性・重症患者看護専門看護師) ●ママさんに寄り添うことを大切にしています。お気軽にご相談ください。(助産師) 3. 不要

■高血圧健康教室(予約制)

「知って安心! 高血圧のおはなし」
〜医師から教わる高血圧予防と改善のポイント〜
(健康マイレージさのぼつ歩対象)
健康で生活するために、からだにいいことはじめましょう! ぜひ健康教室にご参加ください。

■9月17日(木) 午後1時30分〜3時30分 1. レイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センター 2. 市内在住者 3. 50人(先着順) 4. 堀田笑子さん 5. 無料 6. 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) 7. 8月4日(火)〜24日(月)

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

■エンジョイスマイル体操

「夏真っ只中!! 暑い中でも身体を動かしましょう」

■健康マイレージさのぼつ歩対象

ここまできたら、暑さと友達になりましょう!
■8月26日(水) 午前10時〜11時30分 1. 15人(先着順) 2. 川端恵美子さん 3. 無料 4. 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) 5. 8月4日(火)〜19日(水)

■健康サポート教室

「リズム体操で夏も体力積み重ね」
(健康マイレージさのぼつ歩対象)
体力をつけて暑い夏をみんなで乗り越えましょう。

■8月31日(月) 午前10時〜11時 1. おむね50歳以上 2. 20人(先着順) 3. 堀田笑子さん 4. 無料 5. 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. 8月4日(火)〜24日(月)

日根野公民館

450・3900
Fax 468・0011

■介護予防健康講座

〜良い姿勢・良い歩き方でいつまでも健康に〜

■健康マイレージさのぼつ歩対象

転倒防止や筋力低下を防ぐため、ストレッチ体操など日常生活に取り入れやすい方法をわかりやすく解説します。
■8月28日(金) 午後1時30分〜2時30分 1. 16歳以上 2. 25人(先着順) 3. 庄野良恵さん(佐野記念病院 デイサービスセンターアルフジリタス理学療法士) 4. 無料 5. 筆記用具(服装は動きやすいもので) 6. 8月12日(水)以降に電話、FAXで

■健康を守る生活習慣と

その予防講座
〜ロコモと骨粗しょう症と寝たきり予防〜
(健康マイレージさのぼつ歩対象)
健康を守る生活習慣づくりの大変さをもつ一度見直しましょう。また、測定器を使って骨の健康度が測定できます。

■9月8日(火) 午後1時30分〜3時16歳以上 1. 16人(先着順) 2. 田中美有さん(管理栄養士) 3. 無料 4. 筆記用具 5. 8月13日(木)以降に電話、FAXで

健康 (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

■ポンポン弾んで体幹UP！

キッズバランスボール

姿勢改善や体力・運動能力・集中力アップなど、ケガを回避できる身体に！遊びながら楽しく運動習慣を身につけよう！

■8月21日(金) ●午前10時30分～11時30分(低学年) ●午後0時30分～1時30分(高学年) ■小学生各7人(先着順) ■玉井成美さん(バランスボールインストラクター) ■2000円(ギムニク製バランスボールを持っていない人は別途レンタル料1000円) ■タオル、飲料水(服装は動きやすいもので。ギムニク製バランスボールを持っている人は持参してください。)

■8月5日(水)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは8月18日(火)まで



■バランスボールエクササイズ

(健康マイレージさのぼつ歩対象)

音楽に合わせてポンポン弾んで、体幹筋UPで美姿勢に。運動

が苦手な人でも簡単に有酸素運動を行うことができます。

■8月31日(月)、9月7日(月)・14日(月) 午前10時30分～11時30分(全3回) ■16歳以上 ■14人(先着順) ■玉井成美さん(バランスボールインストラクター) ■600円(ギムニク製バランスボールを持っていない人は別途レンタル料3000円) ■タオル、飲料水(服装は動きやすいもので。ギムニク製バランスボールを持っている人は持参してください。)



■「チェアヨガ体操」体験講座

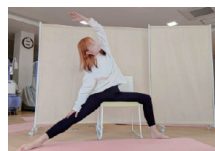
(健康マイレージさのぼつ歩対象)

チェアヨガ体操とは、椅子に座って(または椅子を持ちながら立つて)行うヨガです。身体機能を理解した理学療法士がヨガを通じて関節運動や筋肉の使い方・日常生活動作への繋がりについて教えます。年配の人や運動習慣を身につけたい人、ヨガの経験がない人でも気軽に参加できます。

■9月18日(金) 午後1時～2時 ■16歳以上 ■15人(先着順) ■小川梨沙さん(理学療法士)

■2000円 ■ヨガマット、5本指ソックス、フェイスタオル、飲料水(服装は動きやすいもので)

■8月10日(月)以降に電話、FAXで。受講料の納入・キャンセルは9月11日(金)まで



各種健康

■地域健康教室

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もできます。(入浴は任意です。)

■8月13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) ■9月3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

■おやこヨガ

パパ・ママと子どもの健康づくりに！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！

■8月21日(金) ①午前10時～10時45分…などでねヨーガ ②午前11時15分～正午…まねまねヨーガ

■①生後5ヵ月～1歳未満の乳児と保護者 ②1歳～2歳の乳幼児と保護者 ※お母さんのみの参加や付添のきょうだいの参加も可 ■各8組(先着順) ■井上照子さん(こどもヨーガ専門士) ■無料 ■バスタオル、飲料水(服装は動きやすいもので) ■8月8日(出) 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

■自力整体を体験してみよう！

(健康マイレージさのぼつ歩対象)

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。

■9月1日(火) 午前10時30分～11時45分 ■16歳以上 ■16人(先着順) ■M・K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、フェイスタオル、飲料水 ■8月7日(金)以降に電話、FAXで佐野公民館(☎463・6181 Fax 469・2243)へ

■OSAKA女性活躍推進月間

「流すだけで変わる！
ゆるリンパ体操」

～疲れ・むくみをためない
体づくり～

(健康マイレージさのぼつ歩対象)

やさしい動きで、体がふつと軽くなる心地よさを体感しませんか？むくみ・疲れが気になる人、リフレッシュしたい人にぴったりです。初めての人も大歓迎、どうぞ気軽に参加してください。

■9月15日(火) 午後1時～3時 ■J・COM末広体育館 多目的室 ■50人(先着順) ■山口弥代生さん(Yayoアロマリンパ体操教室リンパケアセラピスト)

■無料 ■タオル、水分補給用の飲料水、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、eメールまたは申込フォームでいずみさの女性センター(☎469・7125 eメール: hitohito@city.izumisano.ac.jp)へ ■一時保育(若干名・3ヵ月就学前)あり、申込時に(9月6日(木)まで)



▲申込フォーム



相談

■専門職による

■成年後見制度無料相談会

親族後見人として活動している人や、成年後見制度の利用を検討している人向けに、専門職（司法書士・社会福祉士）による無料相談会を開催します。「頼れる親族がいない、認知症になったとき将来が心配」「障害がある子の、親亡き後はどうしたらいい」「認知症や障害があるため、相続手続きができない」「親族後見人になっただが活動で悩んでいる」「後見人とう関係あればいい？」など、成年後見制度に関する不安や疑問にお答えします。

■8月19日(水)午後2時～4時

■所 社会福祉センター ■市内在住の親族後見人（保佐人・補助人含む）、市内在住で成年後見制度の利用を検討している人 ■2人
■無料 ■8月10日(月)までに直接または電話で基幹包括支援センターいずみさの（☎464・2977）へ

■成年後見制度とは…

認知症や障害などにより判断能力が十分でない人は、預貯金などの管理、介護サービスなどの契約を結ぶことが困難な場合があります。このような人に対して、必要な支援となるのが成年後見制度となります。

■女性のための特設法律相談

国際ソロプチミスト大阪ーりんくつの協賛で、離婚に関する相談や配偶者・パートナーなどからの暴力（DV、ストーカー、セクシュアル・ハラスメント、性暴力、性犯罪）被害に関する相談に女性弁護士がお応えします。

■9月14日(月)午後1時～5時(相談時間は1人25分・完全予約制)

■所 熊取ふれあいセンター4階研修室A（熊取町野田1丁目1番8号）※電話で相談も可 ■泉佐野市・泉南市・阪南市・熊取町・田尻町・岬町に在住・在勤・在学の女性 ■8人（先着順） ■無料
■8月12日(水)以降の平日午前9時～午後5時に電話で熊取町役場 人権・女性活躍推進課（☎452・1004 Fax 452・7103）へ ■他 一時保育（2カ月就学前）あり、希望者は申込時に（8月28日(金)まで）



福祉

地域子育て支援センター

つくしんぼ

☎469・0660
Fax 469・0670

■あそびの広場

〜手作りおもちゃ〜

■9月4日(金)午前10時30分～11時15分 ■所 レイクアルスタープラ

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 ■8月3日(月)～9月3日(水)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

連続講座「遊び教室」

生まれてまず「人が大好き」「人のおもしろい」ということを学ぶ教室です。おもちゃに頼りすぎず、子どもと関わる中で遊び方のヒントを見つけてみませんか？
※食事でお困りの人は個別に弁当持参で相談可

■10月8日(水)、11月5日(水)、12月10日(水)、来年1月28日(水)、2月4日(水)、3月4日(水)（全6回）

■午前10時～11時30分 ■所 次世代育成地域交流センター ■全回参加できる就学前の子どもと保護者（祖父・祖母も可） ■10組（先着順） ■所 地頭所 孝子さん（育ちあい研究所所長） ■無料 ■8月31日(月)以降の平日 午前9時～午後4時

時に直接または電話で ■3月4日(水)のみ一時保育あり

■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。

■9月9日(水)午後1時30分～2時30分 ■所 次世代育成地域交流センター ■10人（先着順） ■地域子育て支援センターつくしんぼ職員 ■無料 ■9月7日(月)までの平日 午前9時～午後4時に直接または電話で

泉佐野市社会福祉協議会

☎464・2259
Fax 462・5400

■ポッチャ大会

パラリンピックの競技になっているスポーツ「ポッチャ」の大会を開催します！1～3位の人には賞品を用意しています。

■8月23日(日)午後1時30分～4時30分 ■所 南部市民交流センター

■体育分館(オーヴァリーナ) ■ポッチャに興味がある人 ■12チーム（1チーム3人まで・1人でも可、定員を超える場合は市内在住・在勤・在学者優先） ■曾根裕二さん（大阪体育大学准教授） ■無料 ■タオル、室内用シューズ ■7月25日(土)～8月14日(金)にホーム

ページから ■詳しくはホームページをご覧ください。(eメール: sanov@c@zumisanoshakyoo.or.jp)



▲ホームページ

■地域の男性による

コーヒーイベント「道楽珈琲」

男性による居場所作り事業応援企画の、男女問わずどなたでも参加できる、コーヒーを飲み比べる地域カフェです。

■8月19日(水)午前10時15分～午後0時30分 ■所 コープ泉佐野店2階会議室 ■2種飲み比べ400円 ■大阪いずみ市民生活協同組合、泉佐野市社会福祉協議会、origi.coffee ■不要 ■詳しくはホームページをご覧ください。



▲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。

■8月26日(水)午後1時30分～3時 ■所 社会福祉センター ■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ください。

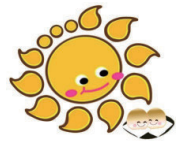
福祉（つづき）

各種福祉

■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」
「夏祭り・笑顔飛び出す縁日」
「ワッショイ」

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 8月8日(土) 午後1時30分～3時
所 岡本町内会館 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「おひさま」をプレゼント



■泉佐野市自殺対策強化推進事業
ゲートキーパー養成講座

自殺について考え正しい知識を持ち、自殺の危機にある人への対応方法を学びます。

時 8月20日(木) 午後2時～4時(受付：午後1時30分)
所 社会福祉センター 大阪府版ゲートキーパー養成研修 基礎情報編、ロールプレイ編(傾聴技法)、中級編

市内在住・在勤者など 40人(先着順) 基幹包括支援センター いずみさの職員 無料

文化・教養

健康

相談

福祉

歴史

その他

■8月13日(木)までに基幹包括支援センターいずみさの(0464・2977 Fax 462・5400)へ。申込フォームから也可 電話通話など、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。

■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。「ここに来てよかった」と思える時間を大切にしています。認知症のある人、家族、地域の人だれでも気軽に立ち寄れる場所。あなたのペースで来てください。
時 8月20日(木) 午後1時～2時30分
所 コープ泉佐野店 2階集会所 ミニ二講座「終活・相続・基本のき」 玉置知子さん 100円(ワンドリンク付) 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

8月はお休みです。
泉州つむぐ会(0477・8059)

■愛の血液助け合い運動

全国で「愛の血液助け合い運動」が実施されます。医療で必要な血液製剤の確保には400mL献血が有効です。救命医療に支障をきたさないようにするため、年齢が男性17歳以上・女性18歳以上で、体重が50kg以上の人は、医療機関で最も必要とされている400mL献血にご協力をお願いします。

時 8月22日(土) 午前10時～午後4時30分
所 イオンモール日根野 泉佐野中央ライオンズクラブ 地域共生推進課



■精神保健福祉講座

「お話を聞くコツ」

長年たくさんの方のカウンセリングをさせていただいています。ちよっとした工夫でたくさんのお話を聞くことができます。「カウンセリングガイド」を大切にしながらお話を聞くコツをみなさんで考えてみましょう。

時 8月25日(火) 午後3時30分

所 社会福祉センター 約40人(先着順) 西 友子さん(大阪樟蔭女子大学 心理学科) 無料

時 8月21日(金)までに地域活動支援センター「ルリエ」(050・1559・0531)へ

■金婚を祝う会

金婚という結婚生活50年の節目を迎えられた夫婦をお祝いの、「金婚を祝う会」を開催します。既に50年を経過していても、これまでに参加したことのない場合は参加できます。

時 11月13日(金) (申込多数の場合、11月12日(木)も開催の場合あり)

所 ザ・ジョージアンテラス 記念撮影、式典、食事会(軽食)、記念品などの贈呈 昭和51年12月31日までに婚姻届を出している夫婦(婚姻届出後満50年以上)

時 戸籍謄本と結婚当時の写真(あれば)を持参し、8月31日(月)までに地域共生推進課へ

■発達のはのび講座

作業療法士が「食べる」について考える「好き嫌いやからマナーまで」について話します。

時 9月25日(金) 午前10時～11時

所 市内在住の子育て中の保護者 20人 児童発達支援センター 専門職員 無料 不要 所 児童発達支援センター(南中安松 1548 0493・2040)

他 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)で。車は近隣のパーキングに駐車してください。

■社会福祉センター

ふれあい交流会

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、今年も開催します。」

時 8月14日(金) 午後1時30分～3時30分(開場：午後1時)

所 社会福祉センター 2階大会議室

●懐かし歌謡パラダイス！青春時代の名曲を心あたたまるアンサンブルで ●みんなで考える防災 60歳以上の市民 80人(先着順) 無料 8月3日(月) 午前9時以降に社会福祉センター(0464・2563)へ

■泉佐野元氣塾

音楽に合わせて簡単な体操や脳トレを行う介護予防教室です。9月から4会場が増え、59会場で月1・2回開催しています。

時 午前の部：10時30分～ ●午後の部：1時30分～(90分間) ※別途開始時間の記載がある場合を除く。各会場15分前より受付

所 市の介護保険の被保険者 会場により異なる(先着順) 飲料水、汗拭きタオル、上履き(服装は動きやすいもので)

所 地域共生推進課または各施設



▲ホームページ



歴史

泉佐野ふるさと町屋館
(旧新川家住宅)

☎ 469・5673
Fax 469・5673

■新川家教室

- フルート教室 8月6日(木)・20日(木) 午後1時～
- 木彫り教室 8月14日(金) 午前10時～
- 仕舞・謡曲教室 8月18日(火) 午後1時～
- 古文書講座 8月22日(土) 午前10時～
- 開催日の3日前まで

■恒例朝市

- 8月15日(土) 午前9時～午後4時
- 無料 不要

■そば打ち体験

- 8月16日(日) 午前9時30分～午後1時
- 8人(先着順) 新川谷裕之さん 2,000円 エプロン、タオル、三角巾、マスク、持ち帰り用容器(一人につき5人分作ります。うち4人分は持ち帰り)
- 8月13日(木)までに電話または直接

■あの日のラジオ放送を聞いてみませんか?

- 8月14日(金)・15日(土) 午前11時～、午後2時～
- あの日の「玉音放送」、あの日の「大本営発表」
- 無料 不要

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

■令和8年度

歴史館いずみさの企画展

「写真とパネルで見ると

泉佐野の昭和100年」

- 9月23日(祝)までの午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
- 無料

■関連行事

「被爆者の話を聞く会」

- 8月6日(木) 午後1時30分～3時
- 40人(先着順) 無料
- 7月23日(木)以降に電話または窓口で

■考古学講座

考古学っておもしろい!

「墓石の考古学」墓石にみる過去から現在、そして未来」

- 8月19日(火) 午前10時30分～正午
- 40人(先着順) 狭川真一(歴史館いずみさの 特別館長)
- 無料 8月4日(火)以降に電話または窓口で

■れきし館ワークショップ

「昔の遊びを体験しよう!」

- 8月22日(土) 午後1時30分～3時30分
- 無料 不要

■紙でつくる秋の飾り

「ススキの一輪挿し」

- 9月12日(土) 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
- 各15人 無料 9月1日(火)以

降に電話または窓口で

各種歴史

■平地の古墳と丘陵の古墳

長滝古墳群(泉佐野市)と

新家古墳群(泉南市)について

地元の古墳などを題材に、私たちの住む地域の歴史を知り、郷土への愛着や誇りを高めましょう。

- 9月3日(木) 午前10時～11時30分
- 16歳以上 16人(先着順)
- 岡 一彦(市文化財課職員)
- 100円(資料代) 所費 8

月12日(火)以降に電話、FAXで長南公民館(☎ 465・0786 Fax 465・1103)へ

■泉佐野地域の道の歴史

泉佐野地域の主要な道路では、古代には南海道、中世には熊野街道、近世には紀州街道や海沿いの道、粉河に抜ける道などがありました。これらの道を切り口に泉佐野地域の歴史を紹介します。

- 9月11日(金) 午後1時30分～3時
- 16歳以上 30人(先着順)
- 梶田航平(市文化財課職員)
- 無料 筆記用具 所費 8月

8日(土)以降に電話、FAXで佐野公民館(☎ 463・6181 Fax 469・2243)へ

■第14回いずみさの検定

試験問題は事前販売のテキストから出題します。80%以上の正解で合格となり、合格者には「いずみさの通」の認定証を贈呈します。

- 11月3日(祝) エプロン泉の森レセプションホール他(実施級)

1・2・3級 ※申込方法、各級の試験時間など詳しくは、広報10月号でお知らせします。

「テキスト・過去問題(過去3年分)販売」

- 9月(予定) 所 文化財課(元町4番5号 旧朝日湯内 ☎ 447・6766) ●まちの活性化課(上町3丁目11番48号 ☎ 469・3131) ●テキスト:500円 ●過去問題:400円 所 文化財課 所 テキスト・過去問題は市ホームページから無料でダウンロードもできます。



その他イベント

■佐野浜四町夏フェスティバル

無形文化財「佐野くどぎ」を継承する行事のひとつとして盆踊りを開催します。

- 8月15日(土)・16日(日) 午後6時～11時(花火の打上げは16日(日) 午後8時～8時30分)

所 泉佐野漁協青空市場前 無料 泉佐野市 不要 所 佐野浜四町夏フェスティバル実行委員会(☎

070・8943・6838) 無料 駐車場あり。台数が限られていますので、公共交通機関の利用をお願いします。

■泉佐野市民オーケストラ

第49回定期演奏会

お馴染みの名曲やクラシック曲で 午後のひとときをお楽しみください。

- 9月6日(日) 午後2時～(開場 午後1時15分) 所 エプロン泉の森大ホール ●指揮:橋本徹雄

●曲目:歌劇「魔弾の射手」J.リッ序曲(C.マウエバー)、田中寛治プロデュース 気まぐれオーケストラ世界旅 J.リッ 遥かなる民のうた、スーパーマリオ・スイート(近藤浩二)、交響曲第七番二短調 Op.70 B.141 (A.ドヴォルザーク) 無料 不要 所 生涯学習課(☎ 469・7132)

■関西学院大学

グリークラブ合唱コンサート

- 9月19日(土) 午後2時～5時
- 所 エプロン泉の森大ホール 所 関西学院グリークラブ、関西学院ウィメンズ・グリークラブ、熊取町少年少女合唱団 無料 所 9月12日(土)までに関西学院同窓会関西支部事務局(中西 ☎ 090・3928・4045)へ