

幸せの黄色い花でリースを作ろう
～3月8日は「国際女性デー」～

イタリアでは「ミモザの日」とも言われる国際女性デーにちなみ、ミモザのリースを作ります。男性の参加も大歓迎です。

日・時 3月4日(土)午前10時～正午
場 男女共同参画センター（加守町4丁目）**講** 溝口京子氏（園芸研究家）**費** 1,500円（材料費。2月25日(土)までに持参）**定** 20人（申込先着順）**保** 2歳～就学前児童6人（申込先着順。傷害保険料100円）**申・問** 2月25日(土)までに電話またはファクス・電子メール（講座名、住所、氏名、電話番号、保育希望者は子の氏名・生年月日・性別を記入）で男女共同参画センターへ ☎ 441-2535 FAX 441-2536 ✉ danjoc@city.kishiwada.osaka.jp

初めてのアクアリウム講座



イメージ写真

癒しの空間、水槽アクアリウムに挑戦

日・時 3月12日(日)午前10時～正午
場 市立公民館（堺町）**講** 藤原宗爾氏（フジワラペットファーム代表）**費** 2,000円（水槽代ほか）**定** 15人（抽選）**申・問** 2月17日(金)までに電話またはQRコードから市立公民館へ ☎ 423-9616

感謝を伝えるギフトを作ろう！
フラワーバルーン講座

対 中学生・高校生 **日・時** 3月12日(日)午後1時半～3時半 **場** 市立公民館（堺町）**講** 吉竹瞳氏（バルーンパフォーマーひとみ）**費** 2,000円

（材料費）**定** 12人（抽選）**申・問** 2月28日(木)までにQRコードから市立公民館へ ☎ 423-9616



図書館友の会 短歌教室公開講座
「こんなに面白い！今どきの短歌」

近年の短歌人気を牽引する金川宏氏と牛隆佑氏のトークショーです。
日・時 3月12日(日)午後1時半～3時 **場** 図書館本館（岸城町）**定** 30人（申込先着順）**申・問** 2月8日(水)午前10時から図書館本館へ ☎ 422-2142

図書館友の会 文章教室公開講座
「魅力ある文章を書くには」

日・時 3月18日(土)午後1時～4時
場 図書館本館（岸城町）**講** 倉橋健一氏（詩人）**定** 28人（申込先着順）**申・問** 2月8日(水)午前10時から図書館本館へ ☎ 422-2142

春の草花の寄せ植え講習会

日・時 3月29日(水)午後2時 **場** 臨海会館 **講** 溝口京子氏（園芸研究家）**費** 1,500円（材料費）**定** 30人（抽選）**申** 2月27日(月)（必着）までに往復はがきまたは電子メール（住所、氏名、フリガナ、電話番号を記入）で臨海会館「春の草花寄せ植え」係へ 〒596-0015 地蔵浜町10 浜工業公園内 ✉ midori-sports@kishiwada-park.jp ※窓口で申し込む場合は、返信用はがきまたはメールアドレスが必要です。**問** 岸和田市公園緑化協会 ☎ 441-9200

スポーツ

ボッチャにチャレンジしてみよう！

当日参加も可能です。運動しやすい

い服装でお越しください。

日・時 2月19日(日)午前9時半(30分前受け付け開始) **場** 中央小学校（堺町）**持ち物** 体育館シューズ、水筒、タオル、マスク **申・問** 2月16日(木)までにQRコードからスポーツ振興課へ ☎ 447-7072 FAX 423-5030



BMX 体験会

対 市内在住・在勤・在学者 **日・時** 2月26日(日)午前10時～正午(30分前受け付け開始) **場** サイクルピア岸和田BMXコース（春木若松町）**定** 30人（申込先着順。うち小学生以下は20人）**申・問** 2月22日(木)までにQRコードからスポーツ振興課へ ☎ 447-7072 FAX 423-5030



健康・福祉

もしかしてあなたは
HSP（繊細さん）かも？

感受性が強く、他者の気持ちに影響されがちで、心が疲れやすく生きづらいのは、実はHSPかもしれません。どんな特性があるのかを学んでみましょう。

日・時 2月10日(金)午後1時～3時
場 桜台市民センター（下松町4丁目）**講** 熊川サワコ氏（ほくせつマメの木副代表）**定** 20人（申込先着順）**申・問** 電話で桜台市民センターへ ☎ 428-9229

セラピードッグに
読み聞かせだワン 第3弾

第3弾はセラピードッグについて映像を通して学び、好きな本を選んで読み聞かせをします。やさしくて可愛いワンちゃんとふれあ

いませんか。

対 市内在住の小学生と保護者 **日・時** 3月5日(日)午後2時～3時
場 図書館本館（岸城町）**講** 日本レスキュー協会 **定** 20人（申込先着順）**申・問** 2月7日(火)午前10時から図書館本館へ ☎ 422-2142

シニア・バイリンガル・ヨガ
～ヨガでからだの体操、
英語で頭の体操～

日・時 3月8日(水)午前10時半～正午 **場** 市立公民館（堺町）**講** 大嶋文氏（バイリンガルヨガインストラクター）**定** 12人（抽選）**申・問** 2月21日(木)までにQRコードから市立公民館へ ☎ 423-9616



生活が不活発になっていませんか

コロナで、外出や運動が少なくなっていますか。生活不活発病のチェック方法や予防方法、体操などを実技を交えて一緒に学びましょう。

日・時 3月11日(土)午後2時～4時 **場** 福祉総合センター（野田町1丁目）**定** 100人（申込先着順）**申・問** 2月6日(月)から電話またはQRコードから介護保険課へ ☎ 423-9475



障害者スポーツ大会
フライングディスク競技会

対 市内・近隣市町在住の小学生以上の障害児・者、障害者スポーツに関心のある人 **日・時** 3月12日(日)午後2時～4時 **場** 福祉総合センター（野田町1丁目）**申・問** 2月24日(金)（必着）までに障害者支援課、福祉総合センターに備え付けの申込書を、郵送またはファクスで障害者支援課へ 〒596-8510 ☎ 423-9549 FAX 431-0580

総合体育館 市内公園・運動広場教室

詳しくはお問い合わせください。
時 午前10時～11時（★は午前9時～10時）
申・問 前日までに電話で総合体育館へ ☎ 441-9200



教室名	対象	日程	場所	費用
陸上教室・短距離走★	小学生	2/11(水)・18(土)	まなび中央公園	各1,200円
健康テニス	一般	2/13(月)	野田公園テニスコート	1,000円
ノルディックウォーキング	一般	2/15(水)	二の丸公園	500円
親子ランニング教室★	親子(子は年長～小学3年生)	2/19(日)	まなび中央公園	1組1,200円
健康維持ストレッチ	一般	2/20(月)	天神山キリン公園	無料
	一般	2/21(火)	東ヶ丘第一公園	無料
	一般	2/24(金)	土生公園	無料
はらっぱ教室	小学1～3年生	2/25(土)	ときわ公園	500円
高齢者のためのストレッチ	一般	2/27(月)	牛ノ口公園	無料

ひきこもり支援セミナー
ゆるやかに支え合う地域づくりを目指して

本市では、今年度からひきこもり相談窓口を開設しています(16面参照)。ひきこもり支援は、当事者やその家族だけでなく地域全体の課題です。ひきこもり支援に先進的に取り組んでこられた中井俊雄氏（ノートルダム清心女子大学准教授）の講演です。市内のひきこもり支援の取り組みなども紹介します。

日・時 2月17日(金)午前10時～正午
場 福祉総合センター（野田町1丁目）**定** 100人（申込先着順）

申・問 電話または電子メール（講座名、住所、氏名、電話番号を記入）・QRコードから岸和田市社会福祉協議会自立相談支援センターへ ☎ 439-8255 ✉ support@kishisyakyo.net

