

食生活改善推進員養成講座

全回受講すると、食育活動を推進する食生活改善推進員（ボランティア）として活動できます。

対本市の住民基本台帳に記載がある人 日10月24日(火)～3月8日(金) (全8回) 場保健センター(別所町3丁目) 費500円(調理実習費。7回目のみ) 定18人(申込先着順) 申・問10月13日(金)から電話で保健センターへ ☎ 423-8811 FAX 423-8833



認知症サポーター養成講座

日・時10月27日(金)午後2時～3時半 場山直市民センター(三田町) 定50人(申込先着順) 申・問電話またはファクス(講座名、氏名、電話番号を記入)で地域包括支援センターいなば荘 牛滝の谷へ ☎ 479-1212 FAX 479-1897

介護職員初任者研修



対現在失業中かつ求職中で、介護福祉施設などでの就労を希望し、全回受講できる市内在住者 日・時11月13日(月)～12月21日(木)の平日午前9時～午後6時(全28回。時間変動あり) 場きぼうの輪 春木(春木若松町) 費12,000円(テキスト代含む) 定10人(抽選) 申・問10月2日(月)～19日(木)(必着)に往復はがきまたは電子メール(講座名、住所、氏名、ふりがな、年齢、性別、電話番号、受講理由を記入)で産業政策課労働政策担当へ 〒596-8510 ☎ 423-9621

✉ roudou-k@city.kishiwada.osaka.jp ※電子メールで申し込みの場合は要電話確認。

フレッシュらいう教室

食生活や口腔ケア、認知症予防のお話です。体操も紹介します。

対65歳以上の市内在住者 日・時11月13日(月)・20日(月)・28日(火)・12月4日(月)・11日(月) 午後2時～3時半(全5回) 場コープ岸和田店(北町) 定15人(申込先着順) 申・問11月2日(木)までに電話で介護保険課地域包括ケア推進担当へ ☎ 423-9475

ただちに減塩！ 高血圧改善教室

対本市の住民基本台帳に記載がある40～69歳の人で、血圧測定値が収縮期血圧140mmHg以上または拡張期血圧90mmHg以上の人 日・時11月16日(木)・12月7日(木)・14日(木) 午後1時半～4時(全3回) 場保健センター(別所町3丁目) 講木村晋三氏(市医師会)、市管理栄養士ほか 定18人(申込先着順) 申・問電話で保健センターへ ☎ 423-8811 FAX 423-8833



自然・環境

自然資料館・ミニ実習

対3歳以上(小学生以下は保護者同伴で) 日・内表のとおり 時①午後2時～3時 ②午後3時～4時 場自然資料館(堺町) 講当館アドバイザーほか 費高校生以上200円(入場料。同伴者も必要。10月29日(日)は400円) 定各10人(①

日程	内容
10/8(日)	チリメンモンスターをさがそう
10/29(日)	ホテル石みがき

②ともに当日午後1時半に抽選) 問自然資料館 ☎ 423-8100

天然記念物指定100周年記念 和泉葛城山ブナ林 自然観察ハイキング

日・時10月21日(土)午前9時～午後4時半(雨天時は11月12日(日)) 集合場所南海岸和田駅東出口ロータリー(バス移動) 費500円(傷害保険料ほか) 定40人(申込先着順) 申・問10月18日(木)までにQRコードで(公財)大阪みどりのトラスト協会へ ☎ 06-6614-6688



秋の久米田池の鳥観察会

旅鳥や冬鳥を観察しましょう。 対小学生以上(小学生は保護者同伴で) 日・時10月21日(土)午前10時半～正午(雨天中止) 場久米田池 講中村進氏(当館専門員)ほか 費50円(傷害保険料) 定20人(抽選) 申・問10月11日(木)(必着)までに往復はがきまたは電子メール(参加者全員の住所・氏名・年齢か学年・電話番号を記入)で自然資料館「久米田池の鳥」係へ 〒596-0072 堺町6-5 ☎ 423-8100 ✉ sizen@city.kishiwada.osaka.jp

岸和田鳥さんぽ

春木川周辺を散歩しながら、身近にいる鳥たちを探しましょう。 対小学生以上(小学生は保護者同伴で。幼児同伴不可) 日・時10月22日(日)午後1時～4時(雨天時は10月29日(日)) 費100円(傷害保険料) 定15人(抽選) 申・問10月15日(日)までにQRコードで春木市民センターへ ☎ 436-4500



自然資料館 特別展

「動物のあし－足元から知る生き物のくらし－」

いろいろな役割がある動物の「足」。標本や模型、生きた動物から、その魅力に迫ります。

期間10月28日(土)～1月8日(朔)(入場は午後4時まで。月曜日、月末、祝日翌日、年末年始は休館) 場自然資料館(堺町) 費高校生以上400円(入場料) 問自然資料館 ☎ 423-8100 ※10月26日(木)・27日(金)は特別展準備のため、臨時休館します。

第21回魚庭の海づくり大会

大阪の漁業や大阪湾の魅力に触れてみませんか。稚魚放流体験やお魚タッチングプール、大阪産の販売を行います。

日・時11月5日(日)午前10時～午後3時(雨天決行) 場南海浪切ホール(港緑町) 問魚庭の海づくり実行委員会事務局 ☎ 422-4763



ジオブラ砂川奇勝・身近でみられるおもしろい地形と地質

特徴的な地質「砂川奇勝」周辺を専門家と一緒に観察しましょう。大人だけの参加も大歓迎です。

対小学生以上(小学生は保護者同伴で) 日・時11月12日(日)午後1時半～4時(雨天中止) 場砂川奇勝(泉南市)とその周辺 講濱塚博氏(自然資料館アドバイザー)ほか 費50円(傷害保険料) 定20人(抽選) 申・問10月23日(月)(必着)までに往復はがきまたは電子メール(参加者全員の住所・氏名・年齢か学年・電話番号を記入)で自然資料館「ジオブラ」係へ 〒596-0072 堺町6-5 ☎ 423-8100 ✉ sizen@city.kishiwada.osaka.jp