

生涯学習 あんない

泉大津市の各施設などで開催している
クラブ・講座・イベントなどをご紹介します。

2026年春・夏号



▼目次	
知識を高める	… 1
ものをつくる	… 4
こども・親子・子育て	… 9
おんがくを楽しむ	… 13
体をうごかす	… 16
60歳以上	… 20
イベントなど	… 23

▼施設基本情報	
南公民館	… 26
北公民館	
勤労青少年ホーム	
総合福祉センター	
あすとHall	
おてんのう会館	
図書館シープラ	… 27
池上曾根弥生学習館	… 28
織編館	
総合体育館	… 29
にんじんサロン	
保健センター	
施設位置図	… 裏面

編集・発行
泉大津市教育委員会事務局
生涯学習課
〒595-8686 泉大津市東雲町9-12
TEL:0725-33-1131
FAX:0725-33-0670

クラブとは…

公民館および勤労青少年ホーム、総合福祉センターには、各施設に登録している学習グループがあり、それらを「クラブ」と呼んでいます。

各クラブの運営は各クラブ員が行っており、市や施設が主催している「講座」とは少し違います。参加したい場合は、各クラブの所属する公共施設に直接お問い合わせください。

講座とは…

市や各施設が主催し、広く市民の人を対象に提供している学習機会です。

申込方法などが各講座により異なります。受講する場合は、「広報いずみおおつ」や市ホームページでご確認いただくか、各公共施設に直接お問い合わせください。

▼知識を高める

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	初めての東洋医学 (全2回)	9月5日(土)・26日(土) 午前10時~11時30分	南公民館	東洋医学の基本を学びましょう。 受講料:200円 定員:14人
講座	楽しい韓国語 (全10回)	5月12日~7月14日の火曜日 午前9時~10時15分	南公民館	入門もしくは初級レベル。ハングルと言う文字の読み書きから簡単な基礎会話まで学びます。 受講料:2,810円(教材費込) 定員:16人
講座	日本語よみかき教室	火曜日 午後1時~3時	南公民館	何らかの理由で習得できなかった日本語の読み書きを、自らの手で身につけることにより、積極的な社会参加を図ります。 定員:10人
講座	マイ占い講座 (全4回)	6月6日~27日の土曜日 午前10時~11時30分	南公民館	自分の生まれてきた意味や使命をさぐり、タロットカードからのメッセージやアドバイスを紐解こう。 (タロット資料使用) 受講料:400円 定員:8人
講座	手話講習会	毎週土曜日(5月から40回) 午後1時30分~3時30分	北公民館	手話の基礎知識を学んだボランティアを養成し聴覚障がい者への情報提供の充実を図ります。 【問合】障がい福祉課
講座	日本語ひろば あいうえお	第2・4日曜日 午後2時~3時30分	勤労青少年ホーム	日本語がわからなくて困っている在住外国人にむけて日本語教室を開催しています。年齢、国籍を問わず、どなたでも参加可能です。
講座	手話講習会	毎週水曜日(5月から40回) 午後6時45分~8時45分	総合福祉センター	手話の基礎知識を学んだボランティアを養成し聴覚障がい者への情報提供の充実を図ります。
講座	音訳・朗読ボランティア養成講座	第1・3金曜日(5月から10回) 午後1時30分~3時30分	総合福祉センター	朗読の基礎知識を学んだボランティアを養成し視覚障がい者への情報提供の充実を図ります。
講座	使える大人の英会話	毎週金曜日 午後4時~5時	あすとホール	マリア先生のやさしく楽しい英会話教室。明るい雰囲気の中で、日常ですぐに使える英会話を学びます。 初心者の方も安心してご参加いただけます。 受講料:26,400円(12回分 3か月前納制)
講座	朗読講座	第1土曜日 午後2時~4時	あすとホール	正しい発声・発音、表現力を身につけ、声に出して読む楽しさを味わえます。声や言葉の魅力を再発見できます。 受講料:6,270円(3回分 3か月前納制)
講座	朗読講座Ⅱ	第1土曜日 午前10時~正午	あすとホール	現役俳優指導のもと、正しい発声・発音、表現力を身につけ、声に出して読む楽しさを味わえます。声や言葉の魅力を再発見できます。 受講料:6,270円(3回分 3か月前納制)
講座	きものを楽しむ着付教室	第2・4水曜日 午後6時30分~8時30分	あすとホール	個性に合わせた、着ていて楽で着くずれしない着付けを指導します。初心者歓迎。きものを着て出かけませんか。 受講料:9,900円(6回分 3か月前納制)
講座	2026年 前期 あすと市民大学 (全10回)	4月11日・25日、 5月23日・30日、 6月13日・27日、 7月25日、8月22日、 9月12日・26日 いずれも土曜日 午前10時~正午	あすとホール	やすいゆたか学長ほか多彩な講師陣による、様々なテーマの講義から歴史・文学を学びます。 受講料:11,000円(10回分 前納制) ※5回~選択受講も可能になりました!

▼知識を高める

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	ボードゲームDAY	第1・3火曜日 午後4時～6時	図書館 シープラ	ボードゲームで遊びながら、いろんな年代の方と交流します。
講座	ビジネスセミナー	第2日曜日 午後2時30分～3時30分	図書館 シープラ	ビジネスに関する最新の情報を中小企業診断士が解説します。 定員:20人程度(要申込)
講座	地域の歴史・文化再発見講座	第2木曜日 午後6時30分～7時30分	図書館 シープラ	地域歴史文化の継承と創成を目的とした講座です。
講座	知財セミナー	第3木曜日 午後6時30分～7時30分	図書館 シープラ	知的財産についてさまざまな角度から学びます。
講座	シープラ防災部	第2金曜日 午前11時～正午	図書館 シープラ	もしもの備えについて学び、助け合える環境を作ります。
講座	にんじんサロン講座	不定期	にんじん サロン	詳細は広報紙にてお知らせ。 【問合せ】にんじんサロン
講座	健康ラボ ～測る・学ぶ・相談する～	第4水曜日 午前10時～正午	シーバス パーク	体組成測定などの健康チェック、栄養士や歯科衛生士などの専門職から学ぶワークショップ、医師の未病予防相談。※事前予約優先 【問合せ】保健センター
クラブ	你好チャイナ (中国語会話)	第1・3火曜日 午後7時～8時30分	南公民館	中国や台湾に興味があるクラブ員が、親睦を深めながら楽しく中国語を学んでいます。
クラブ	楽しい英会話 (初級英会話)	月3回 火曜日 午後7時～8時30分	南公民館	英会話を学び、国際性豊かな人間性を養いませんか。 講師:ピアレック雅子
クラブ	Jump-up class (初級日常英会話)	月4回 金曜日 午後2時～3時30分	南公民館	日常英会話を学び、国際性豊かな人間性を養いませんか。 講師:USHA MAHAT
クラブ	楽しい パソコンクラブ	第1・3木曜日 午前10時～正午	南公民館	パソコン操作を学んで日々の生活に役立てませんか。 講師:田中孝子
クラブ	わかば パソコンクラブ	第1・3金曜日 午前10時～正午	南公民館	イチからのパソコン操作を学んでいます。 講師:田中孝子
クラブ	よそおい会 (着付)	月4回 水曜日 午前9時30分～11時30分	南公民館	着付けの技術を学んで自分で着たり、着せてあげたり、そんな自分になりませんか。 講師:中塚眞樹子
クラブ	着付ききょうの会	第1・3水曜日 午後1時30分～3時30分	南公民館	個々の着物、帯に合わせて勉強しています。 講師:中塚眞樹子
クラブ	短歌 飴	第3木曜日 午後1時30分～4時	南公民館	日本の伝統的詩歌を代表する五七五七七からなる詩「短歌」を楽しく学んでいます。

▼知識を高める

分類	名称	日時	場所	内容・その他
クラブ	こひつじ(手話)	第1・3土曜日 午後1時30分～4時	北公民館	手話を学習して地域ボランティアを行っています。
クラブ	楽しい英会話<YAK>	月2回 水曜日 午前10時～11時30分	北公民館	英会話を学んでいます。
クラブ	アミーゴ (マジック)	毎週金曜日 午前10時～正午	北公民館	マジックの技術・技能の習得をめざしています。
クラブ	囲碁クラブ	毎週木・日曜日 午後1時～5時	北公民館	囲碁・技術の向上を図る活動をしています。
クラブ	歴史クラブ	月2回 火曜日 午後1時30分～3時30分	北公民館	日本歴史・郷土の歴史の勉強をしています。 講師:峯ヒロ子
クラブ	着付け	月3回 土曜日 午後2時30分～5時	北公民館	着物の着付け・帯結びなどを学んでいます。 講師:西岡信子
クラブ	雅会 (茶道・裏千家)	毎週火曜日 午前9時～正午	北公民館	茶道(裏千家)作法及び心得を学んでいます。 講師:宮崎美智子
クラブ	桜会 (煎茶)	第1・3火曜日 午後1時30分～3時30分	北公民館	煎茶の作法の習得をめざしています。
クラブ	俳句 あおひさご	第2日曜日 午後1時～5時	北公民館	俳句を通して交流を深め人格を養います。 講師:浅井惇介
クラブ	上條吟遊会 (詩吟)	第2・4水曜日 午後1時30分～3時30分	北公民館	詩吟を通して、教養を高め文化の振興に貢献します。 講師:今井勉
クラブ	春日詩吟 (和漢詩の朗詠)	月4回 木曜日 午前10時～正午	北公民館	漢詩・和歌の詩文・吟詠を行っています。 講師:長山宗義
クラブ	ひょうたん会 (書画・裁縫・お茶)	第2火曜日 正午～午後3時	おてんのう 会館	書画や裁縫、お茶などを月替わりで学びます。 講師:堀本マサミ
クラブ	お茶会	第4土曜日 午後3時～6時	おてんのう 会館	お点前のお稽古をしています。 講師:春埼理子

▼ものをつくる

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	寄せ植え教室	5月27日(水) 午前10時~11時	南公民館	季節ごとに変わる植物の扱い方を学びながら、オリジナル寄せ植えを作ってみませんか。 受講料:1,600円(材料費込) 定員:12人
		9月30日(水) 午前10時~11時		
講座	おいしいパン教室 (全2回)	6月19日・26日 金曜日 午前9時30分~午後1時	北公民館	焼き上がっていく、喜びや楽しみ、より美味しいパンを工夫しながら作ることを学びます。 受講料:3,800円(材料費込) 定員:12人
講座	マクラメ教室	6月25日(木) ①午前10時~正午 ②午後1時30分~3時30分	北公民館	紐や糸を手で編む・結ぶマクラメ流儀を学びましょう。 受講料:1,200円(材料費込) 定員:各5人
講座	大人のやさしい料理教室	6月26日(金) 午後6時30分~8時30分	北公民館	簡単クッキングで音楽を聴きながら食ってみませんか。男性も大歓迎です。 受講料:1,600円(材料費込) 定員:8人
講座	はじめての水彩画教室	8月19日(水) 午後2時~5時	北公民館	水彩画の基本的なコツを経験豊富な講師が丁寧に指導します。 受講料:600円 定員:6人
講座	気分はパティシエ (全2回)	9月下旬 予定 午前9時30分~午後1時	北公民館	パティシエ気分でスイーツを作ってみましょう。 受講料:未定(材料費込) 定員:12人
講座	文化刺繍教室	月1回 木曜日 午前10時30分~午後0時30分	あすとホール	日本の伝統手芸「文化刺繍」を楽しんでみませんか。専用のペン型の針を使い、下絵に沿って美しい刺繍を作ります。初心者の方も大歓迎。先生がやさしく丁寧に指導いたします。 受講料:4,950円(3回分 3か月前納制) 材料費:別途要
講座	心をこめて贈る 季節の絵手紙	第4木曜日 午前10時~正午	あすとホール	季節を感じる絵手紙教室。はがきに草花や山野の風景を描き、心温まるひとことを添えます。丁寧に指導しますので絵や書が苦手な人もどうぞ。 参加費300円 はがき持ち帰り 受講料:5,610円(3回分 3か月前納制) 教材費:別途要
講座	自分スタイルで楽しむ 油絵教室	第3土曜日 午後1時30分~3時30分	あすとホール	永原トミヒロ講師による初心者でも参加しやすい「油絵教室」です。気軽に楽しむところからはじめましょう。 受講料:6,600円(3回分 3か月前納制)
講座	はじめての水墨画教室	第1・3木曜日 午後1時30分~3時30分	あすとホール	新講師・瀧谷先生を迎え、初心者から経験者まで丁寧に指導いたします。教室の後には月1回の中国茶会もあり、ゆったりとしたリラックスタイムをお楽しみいただけます。 受講料:9,900円(6回分 3か月前納制)

▼ものをつくる

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	着物リメイク	第2・4木曜日 午後2時～4時30分	あすと ホール	タンスなどで眠っている着物や帯などを上手に活用して、ファッション感覚あふれる、服・小物作りを楽しみましょう。 受講料:11,220円(6回分 3か月前納制)
講座	チョークアート教室	月1回 金曜日 午後1時30分～3時30分	あすと ホール	色あざやかなチョークアートを楽しみましょう。初心者さんにも始めやすい講座です。くるくると指先でチョークをなじませて描く立体的な絵は独特な存在感が出ます。 受講料:5,610円(3回分 3か月前納制) 材料費:別途要
講座	美文字になる講座	月2回 土曜日 午前10時～正午	あすと ホール	初心者から経験者まで幅広く指導します。 受講料:筆ペン、ペン字 2,400円 毛筆も学べます(料金別途必要) 教材費:別途要 【問合】暁書法学院(06-6311-2232)
講座	モフ草履講座	4月14日(火)、25日(土) 5月12日(火) 6月9日(火) 7月14日(火)、25日(土) 8月4日(火) 9月8日(火) 午後1時～3時30分	図書館 シーブラ	毛布の縁を使って、草履を作ります。(要予約) 対象:18歳以上 定員:各日6人 費用:500円 【問合】図書館
講座	体験学習 (ガラス玉づくり)	月1回 第1日曜日 (5月のみ10日) ①午前10時～ ②午後1時～	池上曾根 弥生学習館	バーナーでガラス棒を溶かし、鉄芯に巻きつけてガラス玉を作ります。 費用:50グラムまでは500円 50グラム超は10グラムごとに50円追加 定員:各5人 【問合】池上曾根弥生学習館
講座	月替わり講座	毎週土曜日 午前10時～正午	池上曾根 弥生学習館	詳細は広報紙やSNSでお知らせします。 費用:無料 定員:未定 【問合】池上曾根弥生学習館
講座	伝統工芸講座「堺の包丁 講座」	9月6日(日) 午後1時30分～	池上曾根 弥生学習館	費用:500円 定員:20人 【問合】池上曾根弥生学習館

▼ものをつくる

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	稲作体験講座「弥生の郷の米づくり」	①田植え 6月21日(日) ②土器づくり(5回コースのみ) 9月19日(土) ③稲刈り 9月27日(日) ※10月以降に野焼き(5回コースのみ)や炊飯などをします。	池上曾根 弥生学習館	田植えや稲刈り、炊飯などを体験します。 費用:全5回コース2,000円 3回コース1,000円 定員:各コース30人 【問合せ】池上曾根弥生学習館
講座	叩き染めをしよう	7月19日(日) 午後1時30分～	池上曾根 弥生学習館	植物を叩いて布を染めます。 費用:500円 定員:20人 【問合せ】池上曾根弥生学習館
講座	カード織りで キーホルダーをつくろう	7月予定	池上曾根 弥生学習館	カードを使って織物を体験します。きれいな文様がうかびあがります。 費用:600円 定員:午前・午後各10人ずつ(合計20人) 【問合せ】池上曾根弥生学習館
講座	土鐸をつくろう	8月2日(日) 午後1時30分～	池上曾根 弥生学習館	粘土で土面を作ります。火を使わないので小さいお子さんも体験できます。 費用:500円 定員:20人 【問合せ】池上曾根弥生学習館
講座	万華鏡をつくろう	8月16日(日) 午前10時～午後4時	池上曾根 弥生学習館	ガラスでオブジェクト(万華鏡の中に入れる反射物)をつくり、自分だけのオリジナル万華鏡をつくります。 費用:600円 定員:午前4回・午後6回 各回2人ずつ(合計20人) 【問合せ】池上曾根弥生学習館
講座	手織り体験講座	毎月末、3日間 午前10時～午後3時 ※7月は子ども手織り体験 8月は2日間開催	織編館 体験学習室	織機を使った手織りを体験できます。 (要予約) 定員:各日3人(7月・8月は各日4人) 【問合せ】織編館
講座	真田織体験講座	毎週月・金曜日 午前10時、午前11時、 午後1時、午後2時	織編館 事務室	真田紐キーホルダーを作ります。 (要予約) 定員:各回2人 費用:800円 【問合せ】織編館

▼ものをつくる

分類	名称	日時	場所	内容・その他
クラブ	絵手紙クラブ	第1・3火曜日 午前10時～正午	南公民館	「下手でいい、下手がいい」をキャッチフレーズに自分らしい絵手紙を描いています。 講師:青枝年子
クラブ	ボナンザ (洋画)	第2・4火曜日 午後1時30分～3時30分	南公民館	風景・静物・花などを対象に油絵・水彩画を描いています。 講師:田中宏
クラブ	南水彩 (水彩画)	第2金曜日 午後1時30分～3時30分	南公民館	様々なものを対象に水彩画を描いています。 講師:田中宏
クラブ	水墨同好会 (水墨画)	第2・4金曜日 午前9時30分～11時30分	南公民館	墨の濃淡と筆の流麗さ、そんな水墨画を始めてみませんか。 講師:明石紫峰
クラブ	写真クラブ	第3火曜日 午前9時～11時	南公民館	カメラの知識と技法の習得、写真の見方やパソコンでの処理などをクラブ員同士で学んでいます。
クラブ	書志会(書道)	第1・2・4木曜日 午前9時30分～正午	南公民館	書道(毛筆・硬筆)の添削を主としています。 講師:中塚如慧
クラブ	七宝焼	毎週木曜日 午後1時～4時30分	南公民館	七宝焼きの技術や手法を楽しく学びませんか。 講師:松田千衣子
クラブ	陶楽会(陶芸)	毎週木曜日 午後1時～4時	南公民館	作陶・焼成をクラブ員同士で学んでいます。
クラブ	陶光会(陶芸)	第2・3土曜日 午後1時～4時30分	南公民館	作陶をとおり陶芸の知識と技法を習得しています。
クラブ	すみれ(手芸)	第2・4金曜日 午後1時30分～3時30分	南公民館	編み物・刺繍・パッチワーク・押し絵他手芸全般の物作りを楽しんでいます。 講師:伊藤寿子
クラブ	友禅(和裁)	第1・3木曜日 午前9時30分～11時30分	南公民館	和裁技術の習得、着物リフォームなどを楽しく学んでいます。 講師:岡本郁子
クラブ	西陣(和裁)	第1・3火曜日 午前9時30分～11時30分		
クラブ	さくらクラブ(料理)	第1水曜日 午前9時30分～午後1時30分	南公民館	日本料理、中国料理、西洋料理などを楽しく学んでいます。 講師:福本常美

▼ものをつくる

分類	名称	日時	場所	内容・その他
クラブ	絵手紙	第2木曜日 午後1時30分～3時30分	北公民館	美しい文字の絵手紙を描くことを学んでいます。 講師:杉原三枝子
クラブ	あじさい会 (絵手紙)	月1回 火曜日 午後1時～3時	北公民館	水彩で絵手紙を制作しています。 講師:坂恭子
クラブ	有泉会 (色紙絵)	第3木曜日 午後1時30分～4時30分	北公民館	色紙絵の描写を学び、感性を豊かにすることをめざしています。
クラブ	上条洋画 (油絵)	月3回 木曜日 午前9時30分～11時30分	北公民館	油絵・水彩画を通して、豊かな感性を磨くことをめざしています。 講師:田中宏
クラブ	アザレア会 (絵画)	月4回 土曜日 午後2時～5時	北公民館	絵画制作に取り組んでいます。 講師:坂恭子
クラブ	泉会 (書道)	月3回 火曜日 午後2時～4時	北公民館	毛筆・筆ペンによる習字を学んでいます。 講師:中村多津
クラブ	七宝会 (七宝焼)	第2・4木曜日 午前10時～正午	北公民館	七宝焼きの技術の向上に取り組んでいます。 講師:松田千衣子
クラブ	陶友会 (陶芸)	月4回 火曜日 午後1時30分～4時30分	北公民館	陶芸(オリジナルの作品作り)に取り組んでいます。 講師:西念侑甫
クラブ	パテスリー (お菓子づくり)	第2金曜日 午前9時～正午	北公民館	季節に応じたお菓子作りにチャレンジします。 講師:仲ひとみ
クラブ	パンプキン (パン・お菓子づくり)	第3・4日曜日 午前9時～正午	北公民館	パン・お菓子作りに取り組んでいます。 講師:金子和裕
クラブ	泉彩会 (水彩画)	第3火曜日 午後1時30分～4時30分	勤労青少年 ホーム	わきあいあいと楽しく季節の草花や風景を描いています。みなさん一緒に楽しく描いてみませんか。

▼こども・親子・子育て

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	夏休み! わくわく体験教室 「陶芸にチャレンジ」 (全2回)	7月19日(日)・26日(日) 午前10時～正午	南公民館	形、色、オリジナル作品作りを体験してみよう。 対象:小学4～6年生 定員:6人 受講料:1200円(材料費込)
講座	夏休み! わくわく体験教室 「書道いゝルアップ講座」	7月24日(金) 午前10時～正午	南公民館	書道の上達法を学び夏休み課題の中から1つ選 び仕上げましょう。 対象:小学4～6年生 定員:6人 受講料:600円(教材費込)
講座	夏休み! わくわく体験教室 「サマーリース」	8月5日(水) 午前10時～正午	南公民館	未定 【問合せ】南公民館
講座	夏休み! わくわく体験教室 「将棋に挑戦」 (全2回)	8月19日(水)20日(木) 午前10時～正午	南公民館	基本的な戦法や駒の上手な使い方、詰将棋を学 びましょう。 対象:小学1～6年生 ※有段者不可 駒の動かし方などルールがわかる人～初級者 定員:10人 受講料:200円
講座	運動ができる体づくり教 室「あつまれうんどうの 森」(全5回)	9月3日～10月1日の木曜日 午後4時30分～5時30分	南公民館	対象:年長 定員:12人 受講料:500円
講座	卓球教室	毎月第3土曜日 (6月・1月を除く) 午前9時30分～正午	南公民館	対象:小学生～中学生(毎回参加自由) 講師の指導のもと施設を開放しています。気軽 にお越しください。 (上靴持参・ラケット貸出有り) 受講料:無料
		毎月第2土曜日 (8月・3月を除く) (10月のみ第1土曜日) 午前9時30分～正午	北公民館	
講座	のびのび運動ひろば ～小学1・2年生あつま れ!～ (全5回)	7月18日～8月15日の土曜日 午前10時30分～11時30分	北公民館	とび箱など「もう少しできるようになりたいな」と 思っている運動を中心に楽しく体を動かしてみま しょう。 対象:小学1・2年生 定員:10人 受講料:500円
講座	子ども体験学習 ～市長とクッキング～	7月末頃 予定	北公民館	市長との交流を通じて、食の楽しさや大切さを学 び「生きる力」を育もう。 対象:小学5・6年生 定員:12人 【問合せ】北公民館
講座	子ども体験学習 ～お菓子作り～	8月2日(日) 午後1時～4時	北公民館	お菓子作りを通して、観察力・創造力・発見する 力を身につけよう。 対象:市内在住小学生(1～3年生は保護者同伴) 定員:8人 受講料:1,000円(材料費込)
講座	子ども体験学習 ～切り紙教室～	8月8日(土) 午前中の予定	北公民館	切り紙でアートを楽しみましょう。 対象:市内在住小学生・中学生 【問合せ】北公民館
講座	子ども体験学習 ～科学館へ行こう～	8月18日(火) 午後0時50分～4時50分頃	北公民館	マイクロバスに乗って、大阪市立科学館を見学し よう。 対象:市内在住小学4～6年生 定員:14人 受講料:300円(保険料込)

▼こども・親子・子育て

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	KID'S DANCE	毎週水曜日 1部:午後4時~5時 2部:午後5時10分~6時10分	あすとホール	ダンスを踊る楽しさを一緒に感じながらリズム感・体力を養っていきます。初心者大歓迎! 受講料:15,840円(12回分 3カ月前納制)
講座	あすとびっワークショップ めざせ!スポーツ万能キッズ てつぼう	5月30日(土) ①午後1時~2時 年少から小学1年生と保護者 ②午後2時30分~3時30分 年長~小学3年生	あすとホール	あすとホールで、未来へ羽ばたく子どもたちのための学びと遊びの場「あすとびっ!」♪ こだわりの本格的な体験が気軽に出来るワークショップです。アート、絵本、音楽、体操とさまざまなジャンルのワークショップを開催しています。
講座	和ランチサロン	月1回 火曜日 4月14日、5月19日、6月9日、 7月14日、8月18日 午前10時30分~	あすとホール	離乳食の話、子育ての話、栄養士さんを囲んでなんでも雑談会! 参加費:300円(おいしい和ランチ・おみやげ付) 講師:中塚由子
講座	辻笙の子どもアート教室	毎週火曜日 午後3時30分~6時30分 (受講時間 約60~90分)	あすとホール	講師はNHKにほんごであそびに出演中の「立体切り絵師 辻笙先生」です。子どもたちの自由な世界を、さまざまな技法を使って引き出します。水彩画や自然素材を使った造形も行います。 受講料:18,480円(12回分 3か月前納制)
講座	子ども英会話教室	第2・4金曜日 午後5時15分~6時15分	あすとホール	新開講!マリア先生の「子ども英会話教室」。明るい雰囲気の中で、年長~小学2年生までの子どもさん向けの教室です。小学校の英語教育の準備としてはじめてみませんか。 受講料:13,200円(6回分 3か月前納制)
講座	小川真先生のスポーツキッズ ベビー・トドラーおやこスクール	4月16日、5月20日、 6月18日 ①午前10時~10時40分 ②午前11時~11時40分	あすとホール	スポーツインストラクター小川真先生による、親子で楽しめるスポーツワークショップ。 参加費:①ベビー200円 ②トドラー500円
講座	辻笙とあすとdeACT	4月24日、5月22日、 6月26日、7月24日、 8月21日、9月25日 いずれも金曜日 午後6時~8時	あすとホール	演劇手法を使って創造力とコミュニケーション力を育む新講座。講師はNHKにほんごであそびに出演中の「立体紙切り師 辻笙先生」他2名。 (全12回+発表会) 受講料:各回500円 対象:小学生~中学生
講座	おはなし会	毎週日曜日 午前11時~11時30分	図書館 シーブラ	絵本の読み聞かせをします。 対象:幼児~低学年
講座	おひざにだっこのおはなし会	毎週月曜日 午前11時~11時30分	図書館 シーブラ	乳幼児向けの絵本の読み聞かせ、手遊びをします。 対象:乳幼児と保護者
講座	子ども商店	毎週金曜日 午後4時~6時 ※第3週のみ土曜日 午後1時30分~3時30分	図書館 シーブラ	シミュレーションゲームを通じて経営を学びます。 対象:小学生以上
講座	親子体操	8月23日(日) 午前10時30分~11時	図書館 シーブラ	親子で楽しく体操し、体の動かし方を学びます。 対象:1.5~6歳の幼児と保護者 定員:各回10組(要申込)

▼こども・親子・子育て

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	ジュニア器械体操 STAR5 小学4～6年生 (週1コースのみ)	毎週水曜日 ※週1クラスのみ 午後4時30分～5時30分	総合 体育館	対象:小学4～6年生 定員:各10人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込)1回1,000円 ※卒業生のみ(中学生3年生まで)
講座	トータルスポーツSTAR5 アルバモスリゲル 4・5歳児 (週1コースのみ)	毎週火曜日 ※週1クラスのみ 午後3時50分～4時50分	総合 体育館	対象:R2.4.2～R4.4.1生まれ 定員:30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込)1回1,000円 (初回体験有500円)
講座	トータルスポーツSTAR5 アルバモスステラ 小学1～3年生 (週1コースのみ)	毎週火曜日 ※週1クラスのみ 午後4時55分～5時55分	総合 体育館	対象:小学1～3年生 定員:30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込)1回1,000円 (初回体験有500円)
講座	キッズ体操STAR5 4・5歳児 (週1・週2コース有)	毎週水・木曜日 ※週1・週2クラスあり 午後3時50分～4時50分	総合 体育館	対象:R2.4.2～R4.4.1生まれ 定員:各30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (初回体験有500円)
講座	キッズ体操STAR5 小学1～3年生 (週1・週2コース有)	毎週水・木曜日 ※週1・週2クラスあり 午後4時55分～5時55分	総合 体育館	対象:小学1～3年生 定員:各30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (初回体験有500円)
講座	キッズトータルスポーツ STAR5スピカ 3歳児 (週1・週2コース有)	毎週水・木曜日 ※週1・週2クラスあり 午後4時～5時	総合 体育館	対象:R4.4.2～R5.4.1生まれ 定員:15人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込)1回1,000円 (初回体験有500円)
講座	キッズトータルスポーツ STAR5リゲル 4・5歳児 (週1コースのみ)	毎週金曜日 午後4時～5時	総合 体育館	対象:R2.4.2～R4.4.1生まれ 定員:30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込)1回1,000円 (初回体験有500円)
講座	キッズトータルスポーツ STAR5ステラ (週1コースのみ)	毎週金曜日 午後4時～5時	総合 体育館	対象:小学1～3年生 定員:30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込)1回1,000円 (初回体験有500円)
講座	キッズトータルスポーツ STAR5シリウス (週1コースのみ)	毎週金曜日 午後5時～6時	総合 体育館	対象:小学4～6年生 定員:30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込)1回1,000円 (初回体験有500円)
講座	おやこ☆あそび STAR5 1歳半～3歳11ヵ月 (週1コースのみ)	毎週土曜日 午前9時30分～10時30分	総合 体育館	対象:1歳6ヵ月～3歳11ヵ月の幼児と保護者 定員:10組 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込)1回800円 (初回体験有500円)

▼こども・親子・子育て

分類	名称	日時	場所	内容・その他
クラブ	モンキーキッズ (子ども体操) (年中～小学3年生)	月3回 火曜日 午後4時10分～5時45分	南公民館	年中～小学3年生対象の子ども体操のクラブです。 講師:国本亜依
クラブ	子どもバレエ (満3歳以上)	月4回 金曜日 午後4時～8時	南公民館	年齢ごとの時間別に基本練習、バーレッスンから柔軟、ステップ、振付などをレッスンしています。 講師:松井啓子
クラブ	ミッキーマウス (親子リズム体操) (1～3歳)	第2・4金曜日 午前10時～11時30分	北公民館	健康な体づくりに向け、1～3歳児の親子リズム体操を行っています。 講師:国本亜依
クラブ	アンパンマン (子ども体操) (年中～小学3年生)	月3回 金曜日 午後3時20分～5時	北公民館	健康な体づくりに向け、年中～小学3年生の子ども体操を行っています。 講師:国本亜依
クラブ	子ども英会話	月3回 水曜日 午後4時～6時20分	北公民館	年中～中学生を対象にした子ども英会話です。 講師:Simon Wada Klaris
クラブ	子ども将棋	第2・4日曜日 午後1時～3時	北公民館	小・中学生対象の将棋教室です。

▼おんがくを楽しむ

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	楽しいコーラス (全4回)	6月5日～26日の金曜日 午前10時～11時30分	北公民館	歌声のハーモニーを響かせて、心身をリフレッシュしましょう。 定員:10人 受講料:400円
講座	楽しいコーラス	第2・4火曜日 午後1時30分～3時	あすとホール	楽しく呼吸法をマスターして、のびのび歌ってみませんか。楽譜が読めなくても大丈夫。丁寧に指導いたします。 受講料:11,220円(6回分 3か月前納制)
講座	アーリーバードギター	月2回 水曜日 午後6時30分～8時30分	あすとホール	初心者の方に丁寧にレッスンします。昔、弾いていた方も気軽にご参加いただけます。 受講料:11,220円(6回分 3か月前納制)
講座	エンジョイ!ウクレレ教室	第2・4木曜日 午前10時～11時30分	あすとホール	初心者の方にも丁寧に指導します。楽器を弾くのが初めての人も、楽譜が読めない人も大歓迎です。ウクレレの音色は、弾く人の心も優しく癒します。 受講料:11,220円(6回分 3か月前納制)
講座	みんなで楽しく♪ 歌声くらぶ	第1・3金曜日 午前10時～11時30分	あすとホール	童謡、唱歌、歌謡曲、みんなで歌えば、心も体もスッキリ晴れやか。お友だちとストレス発散にいらっやいませんか。 受講料:9,900円(6回分 3か月前納制)
講座	歌おう シャンソン&ポップス	第2・4土曜日 午後1時30分～3時	あすとホール	楽譜が読めなくても大丈夫。正しい発声から歌唱指導、豊かな表現力を身につけます。 受講料:11,220円(6回分 3か月前納制)
クラブ	アロハウクレレ	第2・4金曜日 午後1時30分～3時30分	南公民館	ハワイアンソングから演歌まで幅広い曲をウクレレを弾きながら歌っています。初心者大歓迎です。貸出ウクレレもあります。
クラブ	カナリア (オカリナ)	第1・4木曜日 午後6時30分～8時30分 第2・3木曜日 午後2時～4時	南公民館	オカリナ演奏を通して音楽に親しみ、技術を習得しています。 講師:表陽子
クラブ	泉大津 ハーモニカクラブ	第1・3金曜日 午後1時30分～3時30分	南公民館	馴染み深い楽器ハーモニカで童謡から演歌まで色々な曲に挑戦しています。初心者も安心して来てください。 講師:金丸寿夫
クラブ	大正琴 「夢」クラブ	第1・3木曜日 午後1時～4時	南公民館	大正琴の技術習得と音楽の楽しさを味わってみませんか。 講師:吉村佐知
クラブ	箏曲「雅会」	月4回 木曜日 午前9時～正午	南公民館	琴の奏でる音色をとおして、日本の伝統音楽に親しんでみませんか。 講師:萩寿賀美知子
クラブ	愛唱歌クラブ 「カトレア」	第1・3・5金曜日 午前10時～正午	南公民館	幼いころから口ずさんでいた童謡や愛唱歌を中心に歌っています。新入部員、男性の方大歓迎です。 講師:山本和子、浦史子
クラブ	民謡 白龍会	第2・3・4日曜日 午後1時～5時	南公民館	泉州音頭・河内音頭の知識と技術の修得に取り組んでいます。 講師:佐藤信一

▼おんがくを楽しむ

分類	名称	日時	場所	内容・その他
クラブ	唄うフレンド (カラオケ)	第1・2・3火曜日 午後1時30分～4時	南公民館	初心者がマイクを持って唄えるまでをキャッチフレーズに歌唱力を体得できるよう励んでいます。 講師:岸本九仁子
クラブ	青い鳥 (カラオケ)	第1・2・3木曜日 午後1時30分～4時	南公民館	基礎レッスンを楽譜に添って練習しています。月に一曲演歌の新曲をマスターしませんか。 講師:野村三男
クラブ	シクラメン(カラオケ)	第1・2・3土曜日 午前10時～正午	南公民館	正しい発声・腹式呼吸を学び、歌を唄うことで心身共に健康にし、楽しい毎日を過ごしませんか。 講師:寺田君子
クラブ	アルハンブラ (ギター)	月3回 土曜日 午前10時～正午	北公民館	ギターを楽しく演奏(基礎・発表曲練習など)しています。 講師:増井容子
クラブ	琴泉会 (大正琴)	月3回 水曜日 午後1時～3時	北公民館	大正琴を楽しく弾くことに取り組んでいます。 講師:川端智美
クラブ	藤美会 (民謡)	月3回 水曜日 午後1時30分～3時30分	北公民館	三味線・尺八に合わせて日本民謡を歌うことに取り組んでいます。 講師:紀之本孝子
クラブ	辻野家音頭愛好会	月3回 日曜日 午後1時～4時	北公民館	音頭を通して地域活動するための音頭練習を行っています。 講師:武田雅則
クラブ	野ばら (カラオケ)	月4回 土曜日 午後2時～4時	北公民館	楽譜・テープを利用したカラオケレッスンを行っています。 講師:二重友子
クラブ	たんぽぽ (楽器演奏・歌唱)	月4回 木曜日 午後1時～5時	北公民館	歌謡曲・フォークソング・ポップスなどの演奏に取り組んでいます。
クラブ	コーラス スマイル	第1・3水曜日 午前10時～11時30分	北公民館	音楽を通じて親睦を深めます。 講師:江口砂貴子

▼おんがくを楽しむ

分類	名称	日時	場所	内容・その他
クラブ	穴師コーラス	月3回 水曜日 午後1時～3時30分	勤労青少年 ホーム	小学校のお母さんコーラスから生まれて50年近く、今では市内外からも仲間が集い、美しい日本語を大切に、ハーモニーを愉しんでいます。
クラブ	泉大津市混声合唱団	毎週土曜日 午後1時30分～3時30分	勤労青少年 ホーム	泉大津、唯一の混声合唱団!随時団員募集中! ワクワク・ドキドキが待っています!一緒に楽しく歌いませんか。 講師:中村真貴子、岸田文華
クラブ	白いブランコ (コーラス)	第2・4水曜日 午前10時～11時30分	勤労青少年 ホーム	新メンバー募集中です。 講師:小池哲夫
クラブ	琴恵会(大正琴)	第2・4木曜日、第2土曜日 午後1時～4時	勤労青少年 ホーム	大正琴で音楽を楽しみませんか?!新メンバーを募っています。(月2回と月1回のレッスンもあります) 講師:井上恵子
クラブ	泉大津市 少年少女合唱団 Jr. (3歳～年長)、 少年少女合唱団 (小学1～中学2年生)	第1・3日曜日、第2・4土曜日 合唱団Jr.:午前9時～9時30分 合唱団:午前9時30分～正午 ※行事などで変更の場合あり	勤労青少年 ホーム	歌うだけではなく、踊ったり楽器を使ったりと楽しく練習しています。 講師:西田悦子 ほか
クラブ	あじさいコーラス	月3回 金曜日 午前10時～正午	勤労青少年 ホーム	みんなで楽しく歌っています。新加入者大歓迎です。 講師:花篤孝子、佐野未波
クラブ	ハンドベルクワイアうらら (イングリッシュハンドベル)	月2～4回 水曜日 午前9時～正午	勤労青少年 ホーム	皆んなで様々な曲を練習して、曲作りを楽しんでいます。 講師:小山恭子
クラブ	泉大津市吹奏楽団	毎週火・土曜日 午後6時30分～9時	小津中学校	ただいま団員を募集しています。私たちと一緒に素敵な音楽を創りましょう。

▼体をうごかす

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	初心者歓迎 和気あいあい大人の卓球 (全10回)	第4土曜日(6月・1月除く) 午前10時~11時30分	南公民館	心や体が若く、健康で充実した日々のために、講師と一緒に卓球にチャレンジしませんか。 定員:10人 受講料:500円
講座	やさしいピラティス (全3回)	9月6日~20日の日曜日 午前10時~11時15分	南公民館	全身の筋力のバランスを整える運動ピラティス。 年齢・性別に関係なく、誰でも楽しめます。 定員:25人 受講料:500円
講座	はじめてエアロ& らくらくストレッチ (全6回)	5月20日~6月24日の水曜日 午後1時~2時	北公民館	基本のストレッチを学び、初心者向けのエアロに挑戦しましょう。 定員:25人 受講料:500円
講座	やさしいYoga(ヨガ) (全6回)	7月3日~8月7日の金曜日 午後1時~2時	北公民館	筋力と柔軟性を高め、身体のゆがみを整える効果があります。 定員:20人 受講料:500円
講座	大人の簡単ダンス教室 (全4回)	未定	北公民館	簡単なステップと振り付けで運動不足解消やストレス発散に体を動かしてみませんか。 定員:20人 受講料:400円
講座	心を癒す ハワイアンフラ	第1・2・3木曜日 午前10時~11時30分	あすと ホール	ハワイの輝く風景、愛する人への気持ちなど、全身で表現してみませんか。自分のペースで心地よく体を動かします。 受講料:17,820円(9回分 3か月前納制)
講座	はじめての健康ヨガ	毎週金曜日 午後2時~3時30分	あすと ホール	疲れやすい人、肩こり・腰痛の人もどうぞ。心身ともにリラックスし、日常生活の緊張を解くことで、自然治癒力向上。 受講料:19,800円(12回分 3か月前納制)
講座	姿勢改善ピラティス	毎週火曜日 午後7時~8時10分	あすと ホール	気分も見た目もすっきり! 呼吸とともにバランスを整え、目標は筋力アップ。 受講料:15,840円(12回分 3か月前納制)
	コンディショニング& ピラティス	毎週水曜日 午前10時30分~11時40分		
講座	いきいき太極拳	毎週水曜日 午後2時~3時30分	あすと ホール	初めての人にも丁寧に指導。運動が苦手な人もぜひ。ゆったりした呼吸で内蔵機能を整え、若さ・健康を保ちましょう。 受講料:19,800円(12回分 3か月前納制)
講座	ZUMBA	第2・4木曜日 午後1時30分~2時30分	あすと ホール	新講座ズンバ教室スタート! ラテンのリズムに合わせて楽しく体を動かす人気のフィットネス。初心者の方でも気軽に参加できます。 受講料:6,600円(6回分 3か月前納制)
講座	図書館deラジオ体操	第4水曜日 午後2時30分~2時45分	図書館 シープラ	関西弁ラジオ体操で、楽しく体を動かします。
講座	簡単ヨガ	5月11日(月) 午後6時30分~7時	図書館 シープラ	簡単なヨガで心身を整えましょう。 定員:15人(要申込)

▼体をうごかす

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	しゅふスポ	毎週木曜日 午前10時15分～正午	総合 体育館	バドミントン・ソフトバレー・ニュースポーツなど 色々楽しめます。 対象:18歳以上 定員:30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込)1回1,000円
講座	卓球サークル1	毎週水曜日 午後6時～7時 1クール回数(3か月)	総合 体育館	対象:高校生以上の新規申込(初心者)に限る 定員:10人 受講料:500円×1クール回数(3か月)
講座	卓球サークル2	毎週水曜日 午後7時10分～8時10分 1クール回数(3か月)	総合 体育館	対象:高校生以上の経験者(初級程度)に限る 定員:10人 受講料:500円×1クール回数(3か月)
講座	ZUMBA	毎週火曜日 午後7時15分～8時	総合 体育館	定員:30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込有1,000円)
講座	ベーシックヨガ	毎週木曜日 午前9時30分～10時30分 毎週金曜日 午後1時30分～2時30分	総合 体育館	定員:各10人 受講料:(月単位申込)900円×回数 (都度申込有1,300円)
講座	ダイナミックヨガ	毎週木曜日 午前10時45分～11時45分	総合 体育館	定員:10人 受講料:(月単位申込)900円×回数 (都度申込有1,300円)
講座	やさしいピラティス	毎週金曜日 午前9時15分～10時	総合 体育館	定員:10人 受講料:(月単位申込)1,000円×回数 (都度申込有1,500円)
講座	モーニングヨガ	毎週日曜日 午前9時30分～10時30分	総合 体育館	定員:30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込有1,000円)
講座	リンパヨガ&エアロ	毎週火曜日 午前10時15分～11時15分	総合 体育館	定員:30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込有1,000円)
講座	はじめてダンス	毎週金曜日 午後7時30分～8時30分	総合 体育館	定員:30人 受講料:(月単位申込)700円×回数 (都度申込有1,000円)
講座	心もほぐすヨガ	毎週水曜日 午前10時～11時30分	総合 体育館	定員:12人 受講料:(月単位申込)1,000円×回数 (都度申込有1,300円)
講座	ハピバス ウェルネス	毎週土曜日 午前11時～正午	総合 体育館	定員:12人 受講料:(月単位申込)1,500円×回数 (都度申込有2,000円)
講座	ハピバス フィットネス	毎週土曜日 午後0時15分～1時15分	総合 体育館	定員:12人 受講料:(月単位申込)1,500円×回数 (都度申込有2,000円)

▼体をうごかす

分類	名称	日時	場所	内容・その他
クラブ	すこやか体操	毎週火曜日 午前10時～正午	南公民館	ストレッチから軽いステップ・ダンスなど健康増進に楽しく身体を動かしませんか。 講師:小西麻穂
クラブ	健康体操クラブ	第2・3・4木曜日 午後1時30分～3時	南公民館	ストレッチやリズム体操、無理のない筋肉トレーニングなど楽しく健康増進しませんか。 講師:北田都子
クラブ	ハワイアンフラ	第2・4金曜日 午前10時～11時30分	南公民館	素敵な音楽とともにハワイアンフラで心も身体もリフレッシュしませんか。 講師:鈴木美穂
クラブ	ヨーガクラブ	毎週木曜日 午前9時30分～午後0時30分	南公民館	自律神経のバランスを整え、身体の中の流れをよくしていく事を目的にヨーガを楽しんでいます。 講師:山本良子
クラブ	ヨーガⅡ	毎週水曜日 午後1時～4時		
クラブ	ヨーガⅢ	第1・2・4土曜日 午後1時15分～3時30分		
クラブ	五月会(民踊)	毎週金曜日 午後1時～4時	南公民館	各地の民踊や盆踊りなどを踊っています。一緒に楽しくやりませんか。 講師:井上登代美
クラブ	健康太極拳	第1・3・4土曜日 午後1時30分～3時30分	南公民館	太極拳を学びながら健康増進しませんか。 講師:小西美幸
クラブ	少林寺拳法 (5歳以上)	毎週水曜日・土曜日 午後7時～9時	南公民館	護身術にもなる少林寺拳法と一緒に体験しませんか。親子入会参加も可能です。 講師:川畑裕二
クラブ	楠卓心会 (卓球)	第1・2・5土曜日 午前9時～正午	南公民館	熱心に卓球に取り組む卓球愛好者で練習しています。
クラブ	球友会 (卓球)	毎週木曜日 午後6時30分～9時	北公民館	楽しく卓球をすることで、親睦を深めています。 講師:西山元英
クラブ	卓友会 (卓球)	毎週土曜日 午後1時～5時	北公民館	楽しく卓球練習・技能の習得を行っています。 講師:西山元英
クラブ	太極拳クラブ	毎週日曜日 午後1時30分～5時	北公民館	太極拳を通して健康増進・維持に取り組んでいます。
クラブ	泉大津龍舞隊 (中国武術)	月4回 火曜日 午後6時30分～8時30分	北公民館	中国武術を通して精神力や肉体を鍛えることをめざしています。 講師:渡邊千明
クラブ	気功クラブ	月4回 日曜日 午前10時～11時30分	北公民館	無理せず身体をほぐし心と身体の働きを学んでいます。 講師:寿富子
クラブ	フレンド (社交ダンス)	毎週金曜日 午後6時30分～8時45分	北公民館	社交ダンスの基礎から初級、中級までのレッスンを行っています。
クラブ	エンゼル (社交ダンス)	月4回 土曜日 午後6時～8時30分	北公民館	モダン・ラテンダンスの足型を学んでいます。 講師:湊晴彦
クラブ	ひまわり (ソフトエアロ・ヨガ)	月4回 木曜日 午後1時～2時	北公民館	ソフトエアロ・ヨガ・ストレッチなどの健康体操に取り組んでいます。 講師:高田静子

▼体をうごかす

分類	名称	日時	場所	内容・その他
クラブ	たんぽぽ健康体操	毎週金曜日 午後1時30分～3時30分	勤労青少年 ホーム	丹田呼吸で、肩こり、腰痛、関節痛の予防に、楽しく無理なく体を動かしています。ぜひ一度見学にお越しください。膝・腰を丈夫にしたい方お待ちしています。
クラブ	すみれ健康体操	毎週水曜日 午前9時30分～11時30分	勤労青少年 ホーム	筋力おちいていませんか。毎日元気で心も体も笑顔ですごせていますか。ぜひ会場に足を運んでください。
クラブ	卓球クラブ	毎週水曜日 午後6時30分～9時	勤労青少年 ホーム	楽しく!愉快地に!卓球技能の向上に、初心者の方、親切丁寧に指導いたします。 講師:西山元英
クラブ	ステップ (社交ダンス)	毎週火・木曜日 火曜日:午後6時～8時50分 木曜日:午後6時～8時	勤労青少年 ホーム	湊プロの指導で初級者と中級者がレッスンを 行っています。社交ダンスは健康増進、若さの維持に最適です。自主練習の時間を設けています。
クラブ	ベーシック (社交ダンス)	第2・3・4木曜日 午後2時～4時	勤労青少年 ホーム	会員相互の親睦を図り健康維持及びダンスのテクニック向上を図ります。新メンバー募集中です。
クラブ	チェア体操	第1・3金曜日 午前10時30分～11時30分	勤労青少年 ホーム	椅子に座り、曲を聴きながらのストレッチやタオル、ボールを使っの運動です。一度体験してみませんか。 講師:本田ますみ
クラブ	ヨガの会	①月4回 水曜日 午後6時～9時 ②月4回 金曜日 午前10時～午後1時	おてんのう 会館	講師:有麻 知子

▼高齢者(60歳以上)

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	シニアのための ダンスレッスン (全5回)	5月10日～6月7日の日曜日 午前10時～11時	南公民館	昭和歌謡をメドレーで踊りましょう。シニアでも楽しめる簡単な振付で練習します。 定員:10人 受講料:500円
講座	フレイル測定会	5月20日(水) 午前9時30分～正午	勤労青少年 ホーム	フレイル(加齢による虚弱)状態を知ることができる測定会です。この機会に自分の身体を知り、体力づくりに取り組みましょう。 対象:65歳以上の市民 定員:5月…30人(予約制) 9月…30人(予約制) 【問合】高齢介護課
		9月29日(火) 午前9時30分～正午	総合福祉 センター	
講座	健康づくり筋力 トレーニング講座A	第2・4火曜日 (5月12日から10回) 午前10時30分～正午	総合福祉 センター	レクリエーションを交えた家でもできる、上半身や下半身などの体幹トレーニングを行います。 (4/16・17申込。定員に達していない場合、一定期間まで申込受付)
講座	リフレッシュ体操講座A	第2・4水曜日 (5月13日から10回) 午前10時30分～11時45分	総合福祉 センター	いすに座りながらできるチェアストレッチなどを取り入れながら、ストレッチ体操を行い心身ともにリフレッシュを図ります。 (4/16・17申込。定員に達していない場合、一定期間まで申込受付)
講座	リズム体操	第1・3木曜日 (5月21日から21回) 午後2時～3時30分	総合福祉 センター	リズムに合わせて心地よく体を動かすことにより、健康の増進を図ります。 (4/16・17申込。定員に達していない場合、一定期間まで申込受付)
講座	ストレッチヨガ講座A	第2・4金曜日 (5月8日から10回) 午前10時30分～正午	総合福祉 センター	身体を伸ばして「体」を柔らかく解放。執着を手放して「心」も穏やかに開放。いつでもどこでも普段着でストレッチからのヨガを日常生活に取り入れて生活の質を上げていきましょう。 (4/16・17申込。定員に達していない場合、一定期間まで申込受付)
講座	歌って笑って健康に!A	第1・3木曜日 (5月21日から10回) 午前10時～11時30分	総合福祉 センター	自然に身体が動いたり、心を揺り動かされたりするといった音楽の特性を利用して、心や身体を健康にする音楽療法を体験します。 (4/16・17申込。定員に達していない場合、一定期間まで申込受付)
講座	楽しいうた講座	第1・3火曜日 (5月19日から20回) 午前10時30分～正午	総合福祉 センター	美しい日本の歌(童謡など)を中心に、みんなで楽しく歌います。楽譜は読めなくてもOK。 (4/16・17申込。定員に達していない場合、一定期間まで申込受付)
講座	書道講座	第1・3月曜日 (5月18日から21回) 午後1時～2時30分	総合福祉 センター	初心者を対象に毛筆または、ペン習字のどちらかを選んで学ぶことができます。 (4/16・17申込。定員に達していない場合、一定期間まで申込受付)

▼高齢者(60歳以上)

分類	名称	日時	場所	内容・その他
講座	絵手紙講座	第1・3火曜日 (5月19日から19回) 午後1時30分～3時	総合福祉センター	身近な道具などをつかって、はがきや色紙などにきれいな絵を一緒に描きます。 (4/16・17申込。定員に達していない場合、一定期間まで申込受付)
講座	お菓子づくり講座	第2火曜日 (5月12日から11回) 午後1時30分～3時30分	総合福祉センター	簡単にできる和菓子や洋菓子づくりに挑戦します。 (4/16・17申込。定員に達していない場合、一定期間まで申込受付)
講座	男性のための料理講座	第4金曜日 (5月22日から10回) 午前10時～午後0時30分	総合福祉センター	男性が料理を作ることにより、健全な食生活を学び、生活の自立をサポートします。 (4/16・17申込。定員に達していない場合、一定期間まで申込受付)
講座	カラオケでお口とあたまの生き生き講座	5月28日、6月25日、 7月23日、8月27日、 9月24日 いずれも木曜日 午後1時30分～3時15分	総合福祉センター	カラオケを使った、口腔機能向上や認知症予防の講座です。 【問合】高齢介護課(予約制)
講座	あたま生き生き体操 (65歳以上の市民)	毎週火曜日(先着50人) 午後1時30分～3時 休み:4月7日・14日、 5月5日、7月21日、 8月11日、9月22日	勤労青少年ホーム	みんなで楽しく頭をつかって、脳トレやイスに座ってできる認知症予防体操教室です。 【問合】高齢介護課
		毎週水曜日(先着25人) 午後1時30分～3時 休み:4月1日・8日・29日、 5月6日、8月12日、 9月23日	テクスピア大阪	
		毎週木曜日(先着25人) 午前10時00分～11時30分 休み:4月2日・9日、5月7日、 9月24日	シーパスパークパークセンター	
		毎週金曜日(先着50人) 午前10時～11時30分 休み:4月3日・10日、 5月8日、9月25日	泉大津市立総合体育館	
講座	みんなで体操♪楽笑会	市広報にてお知らせ	長寿園など	約21会場で実施。お近くの会場で、健康や生活に役立つ話を聞いて、転倒予防や膝痛、腰痛予防の運動、あしゆびケア、体操などをを行います。介護予防のきっかけに参加ください。 対象:65歳以上の市民 【問合】高齢介護課
講座	筋力レベルアップ講座 (短期集中で筋力アップを目指す)	市広報にてお知らせ	スポーツクラブ ルネサンス・アルザ 泉大津	KOBA式体幹★バランス認定マスタートレーナーが指導するあしゆびを意識した体幹筋力アップを目指す運動教室です。 対象:65歳以上の市民(予約制) 【問合】高齢介護課
講座	今からはじめる口腔ケア ～ハロハロラジオ～	7月15日、8月19日、9月16日 午前10時～11時	ラジオ	高齢になっても好きなものをバランスよく食べられるように「歯と口の健康」についてラジオ(FMいずみおおつ85.5MHz)で楽しくお届けします。 【問合】高齢介護課
講座	シニアいきいき給食会	市広報にてお知らせ	市内 小中学校	市内の小中学校で給食を食べ、参加者同士の親睦を図るとともに、同時に行う介護予防講座で、日々の生活でできる健康づくりのヒントを学びましょう。

▼高齢者(60歳以上)

分類	名称	日時	場所	内容・その他
クラブ	さくらクラブ (60歳以上の市民)	毎週水曜日 午前10時~11時30分	総合福祉 センター	筋力アップ体操を通じて、会員相互の理解と親睦を図ります。
クラブ	水仙クラブ (60歳以上の市民)	毎週月曜日 午前10時30分~正午	総合福祉 センター	健康体操をするとともに、会員相互の理解と親睦をはかり社会に貢献します。
クラブ	秋桜クラブ (60歳以上の市民)	毎週木曜日 午後1時~3時	総合福祉 センター	体操を通じ、健康と親睦を図ります。
クラブ	リズム体操クラブ ハッピー (60歳以上の市民)	第2・4月曜日 午後1時30分~3時 (令和8年4月から日時変更の 可能性があります。)	総合福祉 センター	健康を保ち、親睦を図ります。 会費:月1,000円
クラブ	筋トレクラブ (60歳以上の市民)	第1・3火曜日 午前10時30分~正午	総合福祉 センター	筋力トレーニングを通じ、健康増進を保ち、会員相互の理解と親睦を図り、社会に貢献することを目的とします。 入会金:200円 会費:月1,000円
クラブ	すずらん会 (60歳以上の市民)	毎週木曜日 午前10時~正午	総合福祉 センター	健康増進と会員相互の親睦を図り、楽しく踊ります。 会費:月2,000円
クラブ	詩吟クラブ はまなす (60歳以上の市民)	第1・3火曜日 午前10時~11時30分	総合福祉 センター	詩吟を通じて健康と親睦を図ります。
クラブ	歌クラブヴィオレッテ (60歳以上の市民)	第2・4水曜日 午後1時30分~3時	総合福祉 センター	楽しい雰囲気の中で歌うこととハーモニーを楽しむことができます。楽譜は読めなくて大丈夫です。 会費:月2,500円
クラブ	カラオケ同好会 (60歳以上の市民)	毎週月曜日 午後1時~5時	総合福祉 センター	カラオケを通じ相互の親睦を図ります。 会費:月1,000円
クラブ	カラオケ愛好会 (60歳以上の市民)	毎週金曜日 午後1時~4時30分	総合福祉 センター	カラオケを通じ健康を維持し相互の親睦を図ります。 会費:年4,000円
クラブ	切り絵クラブ (60歳以上の市民)	第1・3火曜日 午後1時30分~3時30分	総合福祉 センター	切り絵を通じ創造性を醸成し会員相互の親睦を図ります。 会費:年2,000円
クラブ	小津・書道クラブ (60歳以上の市民)	毎週月曜日 午前10時~正午	総合福祉 センター	書道の学習をします。 会費:月3,000円(本代含む) 本が不要な人は月2,000円(要相談)

イベントなど

学習成果を発表したり、仲間との交流を深めるために、市内ではさまざまなイベントが開催されています。一緒にイベントに参加して盛り上がりましょう！

イベント名	日程	場所	内容
ビブリオバトル in 泉大津	4月12日(日) 午前11時~正午	あすと ホール	参加者同士で本を紹介し合い、もっとも読みたいと思う本を投票で決める知的コミュニケーションゲーム。 発表者、投票参加者、共に募集中。 司会:安藤裕恵、林哲二
春の絵本読み語り会	4月19日(日) 午前10時30分 ~11時15分	あすと ホール	赤ちゃんから大人まで一緒に絵本を楽しみ、手遊びなどもしています。お気軽に、おうちでの読み語りの参考にもなります。 出演:あすと絵本の会“しいずんず”
朗読とピアノ 「汚れつちまつた悲しみに・・・」	4月19日(日) 午後2時~4時	あすと ホール	魂を揺さぶる中原中也の世界。声と旋律が織りなす芸術体験。「テニスの王子様 3rdシーズン」などにも出演の2.5次元俳優小早川俊輔による朗読と若き才能、西尾壮右によるピアノ演奏。 入場料:前売り1,000円 (大学生以下無料。全席指定)
あすと フォーク&ライブステージ	4月26日(日) 8月23日(日) 午後1時30分~4時	あすと ホール	蘇る青春!僕らの青春ソング!年代にとらわれず、フォークやギター好きが集う楽しいライブ☆ 皆で歌うコーナーもあります! 入場料:500円(ドリンク付)
第11回 KAJIMA彫刻展	4月29日(祝)~ 5月14日(木) 午前10時~午後7時	あすと ホール	今年で19回目を迎えたKAJIMA彫刻コンクール。あすとホールにおいてKAJIMA彫刻展として開催し、当コンクールで高い評価を得た36点の模型作品と迫力ある実物作品数点を展示します。

イベント名	日程	場所	内容
第42回 北公民館 ふれあいまつり	5月16日(土) 17日(日)	北公民館	各クラブによるステージ発表や作品展示、子どもたちが楽しめる模擬店や体験コーナー、未就学児向けの子育てイベント、カフェも開催！ 楽しい催し物が盛りだくさん！ 【問合】北公民館
南龍 講談の会	5月16日(土) 午後2時～ 7月4日(土) 午後6時～ 9月5日(土) 午後2時～	あすと ホール	講談を通じて古き日本の風情や歴史を身近に感じてもらえます。講談師は、2019年「咲くやこの花賞」受賞の旭堂南龍氏。ドラマチックでリズムカルな話芸をお楽しみください。 木戸銭:500円(中学生以下無料)
あすと歌声サロン	5月24日(日) 7月26日(日) 9月27日(日) 午後2時～4時	あすと ホール	懐かしの唱歌、童謡から歌謡曲まで、皆で歌えば気分爽快!5月は100回記念です! 出演:酒井健太郎(歌唱リーダー)、 松田洋子(ピアノ) 入場料:1,000円 歌本1,000円
知っておきたい 薬の知識セミナー (薬剤師からのアドバイス)	6月10日(水) 午後1時30分 ～2時10分	図書館 シープラ	セルフ Medikation や、かかりつけ薬局の活用法についてなど、薬剤師がやさしくお話しします。
MEGU ADAWAS SUMMER JAZZ LIVE	6月21日(日) 午後2時～4時	あすと ホール	今年はシサンバのジャズアレンジ。スタンダードジャズとあわせてお楽しみください。サクソ宮哲之など豪華メンバーによるライブです。 入場料:1,500円(大人・前売・全席指定)
泉大津音楽の祭典 学生によるライブイベント HAMAFES	6月開催予定 午後2時～ (広報、HPなどで お知らせします)	あすと ホール	高校生を中心に音楽活動をするアマチュアバンド、引き語りシンガーが集うライブ。 出場者募集中! 入場料:一般500円(ドリンク付) 司会・プロデューズ:Tsnob

イベント名	日程	場所	内容
あすと寄席	7月19日(日) 午後2時~4時	あすと ホール	桂吉弥、桂紅雀による寄席 入場料:前売…一般1,800円、小学生900円 当日…一般2,000円、小学生1,000円 販売:6月14日(日)午前10時~ 全席指定
熱中症セミナー (薬剤師からのアドバイス)	7月22日(水) 午後1時30分 ~2時10分	図書館 シープラ	熱中症を引き起こす条件や予防法、応急処置の ポイントなど、薬剤師目線でお話します。
第19回 絵本読み語り 夏休みスペシャル	8月2日(日) 午前10時30分~	あすと ホール	絵本の時間を体験できる楽しいひととき。パネル シアターや人形劇もあります。親子で遊びに来て ください。 出演:あすと絵本の会“しいずんず” 定員:50組
あすと de Act 演劇公演	8月29日(土) 8月30日(日)	あすと ホール	辻笙と関西演劇界で活躍する女優陣と泉大津の 小中学生が出演する斬新な演劇公演! 脚本:辻笙 出演:辻笙 ほか 入場料:大人1,000円、小学生以下500円 定員:100人
「#エモい民謡」 心に響く日本の歌	9月13日(日) 午後2時~4時	あすと ホール	日本民謡「桜翔会」を中心に、日本の伝統芸で ある民謡の、古くて新しい日本の魂に触れるコン サート。小学生から熟練者まで多彩な歌い手が 出演します。三味線の演奏もおたのしみに。 出演:桜翔会 ほか
晴雅彦コンサート	日程未定 午後2時~4時 (広報、HPなどで お知らせします)	あすと ホール	世界的オペラ歌手・晴雅彦氏によるコンサート。 入場料:前売一般1,500円 小学生750円 当日一般1,800円 小学生900円 出演:晴雅彦(バリトン)、江口砂貴子(ソプラノ)

利用方法について

詳しくは各施設にお問い合わせください

<団体利用>

*有料で部屋を借りることができます。ただし、登録クラブは無料です。

*施設により利用できる団体や、設備・料金や予約方法などが異なります。

<個人利用>

*各種講座を受講することができます。申込方法は講座によって異なります。

南公民館

開館時間:午前9時~午後9時(日曜日は午後5時まで)

休館日:月曜日、祝日、年末年始(12月29日~1月3日)

※月曜日が祝日の際は、その翌日の火曜日も休館

TEL:0725-33-1764 FAX:0725-33-1300 〒595-0038 楠町西1-7

北公民館

開館時間:午前9時~午後9時(日曜日は午後5時まで)

休館日:月曜日、祝日、年末年始(12月29日~1月3日)

※月曜日が祝日の際は、その翌日の火曜日も休館

TEL:0725-23-0505 FAX:0725-23-0566 〒595-0006 東助松町4-8-4

勤労青少年 ホーム

開館時間:午前9時~午後9時(日曜日は午後5時まで)

休館日:月曜日、祝日、年末年始(12月29日~1月3日)

※月曜日が祝日の際は、その翌日の火曜日も休館

TEL:0725-32-6432 FAX:0725-32-6432 〒595-0027 下条町11-28

総合福祉センター

開館時間:午前9時~午後5時

休館日:年末年始(12月29日~1月3日)

土・日曜日、祝日(敬老の日を除く)

TEL:0725-23-1390 〒595-0026 東雲町9-15

市内在住の障がい者および概ね60歳以上のみ利用可

あすとHall

開館時間:午前10時~午後7時

休館日:月曜日、年末年始(12月29日~1月5日)

※松ノ浜駅前すぐ、あすと松ノ浜2階

TEL:0725-20-6778 FAX:0725-20-6779 〒595-0015 二田町1-13-4

おてんのう会館

開館時間:午前9時~午後5時

休館日:月曜日、年末年始(12月29日~1月5日)

〒595-0046 上之町6-2

地域の拠点として自治会を中心に運営されている会館で、主に地域のクラブが活動しています。

図書館 シープラ

開館時間：午前10時～午後8時

休館日： ①毎月第3水曜日（祝日の場合は翌日）

②年末年始（12月29日～1月3日）

③特別整理期間

TEL:0725-58-6856 FAX:0725-58-6857 メール：tosyokan@city.izumiotsu.osaka.jp

〒595-0025 旭町20-1 アルザタウン泉大津4階

<図書館カード> 貸出等の場合に必要となります。

お申し込みには、ご本人の氏名・生年月日・現住所が確認できる公的な書類をお持ちください。
（免許証・保険証など）

<貸出> カウンターまで本をお持ちいただくか、自動貸出機をご利用ください。

貸出期間：3週間まで

冊数：期間内に読むことのできる範囲

※参考図書・郷土資料など、一部貸出できない資料あり。

<予約・リクエスト> 泉大津市在住・在勤・在学の方のみ利用可能。

予約：インターネットや館内の検索機にて、貸出中の所蔵資料の予約ができます。

予約可能数は一人15件までです。

リクエスト：カウンターにて、所蔵していない資料のリクエスト（購入希望）を受け付けます。

ご希望に添えない可能性がありますのでご了承ください。

<返却> 開館時：カウンターまでお持ちください。

閉館時：アルザタウン1階もしくは泉大津駅構内のブックポストをご利用ください。

※CD付き資料・雑誌・紙しばい・他館から借りた資料はカウンターにお返しくください。

<レファレンスサービス>

調査・研究のための情報提供など、調べもののサポートを行っています。

<貸会議室等（有料）>

図書館内の特産品販売所「CO-ON（コ・オン）」にて受付します。

詳細は 0725-58-6855 までお問い合わせください。

<図書館利用に障害のある方へのサービス>

図書館にお越しになれない方には郵送貸出を行っています。

大活字本・朗読CDなどの用意もあります。

◎シープラでは、おはなし会ほか、多種多様な企画・イベントを行います。

★定期イベント

♡ビジネスセミナー（第2日曜日）♡知財セミナー（第3木曜日）

♡図書館deラジオ体操（第4水曜日）♡ボードゲームDAY（第1・第3火曜日）

♡再発見講座（第2木曜日）♡シープラ防災部（第2金曜日）他

詳しくは、イベントページやSNSから情報を発信しますのでご覧ください。

ホームページ



Instagram



X(旧Twitter)



LINE



池上曾根 弥生学習館

開館時間：午前10時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

休館日： ①月曜日(月曜日が祝日の際は、その翌日)
②祝日の翌日(その日が土・日曜日の場合を除く)
③年末年始(12月29日～1月3日)

TEL:0725-20-1841 FAX:0725-20-1866 〒595-0004 千原町2-12-45

学習館では、様々な体験学習を通して、弥生時代の生活について学ぶことができます。弥生時代に関する資料展示スペースや、下記の体験学習メニューをいつでも利用できます。また、各種講座も開催しています。詳しくは、講座のページをご覧ください。

令和8年4月1日より、AKN共同事業体が指定管理者として運営を行っています。

製作物	料金
勾玉(小)	¥300-
勾玉(大)	¥400-
オープン土笛	¥400-
プレスレット	¥100-
コースター	¥200-
土器(300g)	¥400-
(粘土100g追加ごとに¥100-)	

※体験学習申込は午後4時までです。
※20人(体験学習を利用される場合は10人)以上での来館の場合は電話予約をお願いします。
※予約は利用日の2か月前の1日から受け付けます。

織編館

開館時間：午前9時～午後5時

休館日：土・日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)

TEL:0725-31-4455 FAX:0725-31-4457 〒595-0025 旭町22-45 テクスピア大阪1階

泉大津市の歴史資料の収集・調査などを行っている施設です。また、歴史を楽しく学ぶための体験学習などを行っています。詳しくは織編館までお問い合わせください。

体験(要予約)

織編館ではモフ草履講座、織機を使った手織り体験講座と真田織体験講座を実施しています。なお、モフ草履講座と手織り体験講座については、見学することもできます。

モフ草履講座	日程については 下記表参照	※申込・図書館 開催月の前月15日から受付 (申込日が休館日の場合は、その翌日)
手織り体験講座	日程等については 下記表参照	※申込・織編館 開催月の7日から受付 (申込日が休館日の場合は、翌開館日)
真田織り体験講座	毎週月・金曜日	※申込・織編館 実施日前月の1日から実施日の2日前まで受付 (休館日を除く)

〈モフ草履講座日程〉

実施月	日程
4月	14日(火)・25日(土)
5月	12日(火)
6月	9日(火)
7月	14日(火)・25日(土)
8月	4日(火)
9月	8日(火)

〈手織り体験講座日程〉

実施月	日程	内容
4月	23日・24日・26日	綿マフラー・レース織り
5月	24日・25日・26日	シルクマフラー
6月	27日・29日・30日	裂織り
7月	24日・25日・26日	子ども手織り体験
8月	30日・31日	ミニバッグ
9月	27日・29日・30日	シルクマフラー

※8月は、手織り機で織りあげた後、持ち手が三つ編みの「ミニバッグ」を作製します。

総合体育館

開館時間：午前9時～午後9時

休館日： ①月曜日・年末年始（12月29日～1月3日）
※月曜日が祝日のときは翌日と翌々日が休館
②祝休日の翌日
※その日が土・日・祝休日にあたる場合は他の日に振替
※金曜日が祝日のときは月曜日と翌日が休館

TEL:0725-33-1200 FAX:0725-33-1202 〒595-0013 宮町2-50

<総合体育館には、次の体育室などがあります>

- ・大体育室 バレーボール3面、バスケットボール2面、バドミントン8面など
- ・第2体育室 主に柔道
- ・第3体育室 主に剣道、空手
- ・トレーニング室 随時利用可能（※講習会受講の必要はありません）
- ・卓球室 卓球台8台（ラケット、ピンポン玉は有料（150円）で貸出あり）

※個人利用できるのは、トレーニング室、卓球室です。

個人利用の際には、窓口で名前、住所が確認できるものの提示にご協力ください。
（大体育室、第2・第3体育室については、当日団体利用がない場合は個人利用可能です。）

※大体育室、第2・第3体育室を団体利用する場合は、事前に団体登録が必要です。

※詳しくは、ホームページまたは総合体育館まで

にんじんサロン

開館時間：火～土曜日 午前9時30分～午後9時

休館日：日・月曜日、祝日、年末年始

TEL:0725-21-6555 〒595-0025 旭町22-45 テクスピア大阪5階

にんじんサロンは、泉大津市の男女共同参画を推進するための拠点施設です。
各種講座の実施、図書などの貸出、グループの活動の場としてご利用いただいています。
市民グループ活動の利用には、グループ登録が必要です。
詳しくはにんじんサロンまでお問い合わせください。

保健センター

開館時間：午前8時45分～午後5時15分

休館日：土・日曜日、祝日、年末年始（市役所に準ずる）

※イベント開催時は例外有

TEL:0725-33-8181 FAX:0725-33-4543 〒595-0013 宮町2-25