



秋を鮮やかに彩るコスモス

清潔感があり繊細な姿から『乙女の真心』

という花言葉がつけられました

【編集・発行】

泉佐野市立北部市民交流センター本館
泉佐野市立北部公民館
泉佐野市下瓦屋 222-1
電話 464-5725 FAX 469-2284
ホームページ
<http://izumisano-jinbun.jp/>

● 目 次 ●

1	本館からのお知らせ	6	今年のたんじり祭
2	図書室だより	7	体育分館/青少年分館
3	クラブ生の成果	8	人権の視点
4	講座を行いました	9	第三中学校 三中の日々
5	泉ヶ丘地蔵尊	10	防災・減災コーナー

講座の開催にあたって「ソーシャルディスタンスの確保」「3密の回避」にご協力をお願いいたします。※3密（3つの密）とは、密閉、密集、密接のことです。

- ◎密閉とは、窓がなかったり換気ができなかったりする場所のこと。
部屋の広さではなく、換気の程度が重要とされます。
- ◎密集とは、人がたくさん集まったり、少人数でも近い距離で集まったりすること。
密集の対策としては、前述のような施設に行く場合でも、他の人と互いに手を伸ばしても届かない十分な距離（2メートル以上、最低でも1メートル）を保つようにしましょう。
- ◎密接とは、互いに手が届く距離で会話や発声、運動などをすること。
密接の対策は、会話、発声、運動の際に十分な距離を保ち、マスクを着用しましょう。

上記の項目を守ったうえで、講座にご参加ください。守れない場合は講座の開催はできません。
みなさんが安全に、安心して講座に参加できるよう、ご協力をお願いいたします。

「Office 利活用

～仕事に役立つ知識を身につけよう～

Word、Excel の基礎知識を勉強します。

日 時： 10月23日～11月20日
毎週金曜日 午後6時半～8時半（全5回）

対 象：16歳以上

パソコンの基本操作ができる方

（文字入力、マウス操作、
ファイル操作）



定 員：19名（先着順）

受講料：2,000円（テキスト代1,000円含む）

講 師：杉村清美さん（IT 認定講師）

申 込：10月6日（火）以降に電話・FAXで受付

※受講料の納入、キャンセルは10月16日（金）まで

「ジェルランタンを作ろう」

お花をジェルで閉じ込めたランタンを作ります。
ティーライトキャンドルやLEDライトを入れて半永久的に楽しめます。

日 時： 10月29日（木）午後1時～3時

対 象：16歳以上

定 員：15名（先着順）

受講料：2,500円

（材料費2,300円含む）

講 師：五十里慶子さん

（JCA キャンドルスタジオ
大阪校講師）

申 込：10月5日（月）以降に電話・FAXで受付

※受講料の納入、キャンセルは10月22日（木）まで



「スマホでお得に快適生活」

今話題のスマホ決済の仕組みから使い方まで。
そのほかスマホを使ったサービスやカメラ講座
など、知って得する活用法をご紹介します。

日 時： 10月30日（金）

午後1時～3時

対 象：16歳以上

定 員：15名（先着順）

受講料：無 料

講 師：スマートフォンアドバイザー

申 込：10月5日（月）以降に電話・FAXで受付

※キャンセルは10月23日（金）まで

※当日はデモ機を貸出いたします。スマホに挑戦してみようという方も是非ご参加ください！



「第一印象マナー

人とかわる際に大切な話し方とマナー」

また会いたいと思われる第一印象や、相手に伝わる声の届け方などを学びます。

日 時： 11月14日（土）

午前10時半～12時

対 象：16歳以上

定 員：15名（先着順）

受講料：1,000円

（テキスト代800円含む）

講 師：吉村佳美さん

（和みマナー教室主催）

申 込：10月6日（火）以降に電話・FAXで受付

※受講料の納入、キャンセルは11月6日（金）まで



図書室だより

「体にいいこと試してみよう」

一般展示 9月25日(金)～11月25日(水)

皆さんは日頃から健康について考えたりしますか？気をつけようと思っても中々実践できないことの方が多いかもしれないですね。そんなすべての方に様々な体にいいことの参考になる本を集めてみました。



展示本 (一部)

『とっってもかんたん ながらロコモ体操』

『よくわかる塩分1日6gで血圧を正常化するおいしい食事』

『おうちで簡単、体に効く麴甘酒パワーレシピ』

『痛くないストレッチ』

『長生きごはん』



図書室では定期的に新しい本が入ってきています

一般書



今日はコチラ!

- ・『テレワークをはじめよう』 テレワーク生産性向上研究会/著 技術評論社
- ・『日常の不思議を物理学で知る』 松原隆彦/著 山と溪谷社
- ・『イタリア菓子図鑑』 佐藤礼子/著 誠文堂新光社
- ・『お金をかけない!山登り&ソロキャンプ攻略本』 かほなん/著 KADOKAWA



児童書



- ・『ひろった・あつめたぼくのマツボックリ図鑑』 森口満/絵・文 岩崎書店
- ・『ゆりの木荘の子どもたち』 富安陽子/作 講談社
- ・『環境破壊モンスターから地球を救おう!』 マリー・G・ローデ/著 河出書房新社
- ・『ねこになっちゃった』 角野栄子/作 小学館

開室時間 10:30～18:00

お休み 日曜日・祝日・年末年始・毎月最終木曜日・特別図書整理期間

お問合せ ☎072-469-5171

珠算生の成果

泉佐野珠算協会主催 第89回競技大会 (R2.7.26)

小学校1部

総合個人競技	2位 小野 朋華 山本 ゆうり	3位 山口 大斗 杉山 蒼空	
読上算勝抜競技	2位 杉山 蒼空 山本 ゆうり	3位 山口 大斗 小野 朋華	
読上暗算勝抜競技	優勝 山本 ゆうり	2位 山口 大斗	3位 小野 朋華 杉山 蒼空

小学校2部

総合個人競技	優勝 前田 朱天蘭	3位 小野 舞華 北川 誠真
読上算勝抜競技	2位 前田 朱天蘭	3位 小野 舞華 北川 誠真
読上暗算勝抜競技	優勝 山本 ゆうり	3位 小野 舞華 北川 誠真

中学校の部

総合個人競技	優勝 前田 星蓮	2位 小野 優華 伊東 ひより	3位 大田 成
読上算勝抜競技	2位 小野 優華	3位 前田 星蓮 伊東 ひより 大田 成	
読上暗算勝抜競技	優勝 前田 星蓮	2位 小野 優華	3位 伊東 ひより 大田 成

クラブ生の成果



こども習字
毎週木曜日
16:00~17:00
月額 3,000円

2階の階段の踊り場に子どもらしい元気いっぱいので作品を展示しています。現在は小2~小6の子どもたちが参加しています。

大人習字
第1・3土曜日
13:00~15:00
月額 3,000円

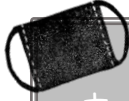
2階・3階の階段の踊り場に作品を展示しています。定期的に作品を貼り替えていますので、来館時にぜひ見てみてください。

色えんぴつ絵画
第1・3月曜日
13:00~15:00
月額 2,000円

9月から新たに3階の階段の踊り場に展示している作品です。果物から人物画まで、すべて色鉛筆のみで描いています！



8月後半～9月前半 短期講座



8/26・9/2 パッチワークで
まん丸ポーチとインナーマスク作り



9/7・9/14
手書きでメッセージを贈ろう



8/28 おうちでアロマ講座
—自宅でできるアロマの紹介—

アロマで感染症予防 ～喉・気管支・肺のケア～

コロナウイルスやインフルエンザウイルスなどは呼吸器に感染し、鼻や咽など上気道の感染にとどまれば、全身の症状は比較的穏やかです。

抗ウイルス作用、抗菌作用のある精油を植物油に希釈したトリートメントオイルを胸や首筋などに擦り込むことも有効です。

精油成分を吸い込み、すぐには吐き出さずに一度呼吸4、5秒止めて、気管や肺の感染した組織などに触れるようにしてから吐き出します。



方法① ハンカチやティッシュに精油を2～3滴垂らして口や鼻の近くに置き、深く呼吸する

方法② 熱いお湯に精油を垂らし蒸気とともに精油成分を取り込む

1. 沸かしたお湯（湯気がたつ60℃ぐらい）をマグカップに入れます。お湯の量はマグカップの半分程度でOKです。
2. お湯に精油を垂らします。1滴からはじめ、物足りないようなら1滴ずつ（最大4滴程度）足していきます。
3. 頭からバスタオルをかぶり、目を閉じて蒸気を吸い込みます。気持ちいいと感じられる間（数分～最大10分）続けましょう。

アロマセラピーって何??

植物が組織の中にもつ芳香成分を健康や美容に利用する療法。身体が一定のバランスを保とうとする『ホメオスタシス（恒常性）』を整え、免疫力の維持向上が期待できます。

アロマ(精油/エッセンシャルオイル)を 使う上でのポイント

- ◆ 100%天然の精油を選びましょう。
- ◆ 保存状態、使用期限を確認しましょう
- ◆ 身体の状態によっては使えない精油があります。禁忌を確認しましょう。
- ◆ 肌に使用する場合は必ず希釈して使いましょう。
- ◆ 体調に異常を感じる場合は使用を中止しましょう。



○感染症予防にオススメの精油
・ティーツリー
・ラヴィンツアラ
・ユーカリラディアータ
・ラベンダー など

泉ヶ丘 母子地蔵尊



8月23日(日)、泉ヶ丘町会館前にて長生会による「地蔵尊法要読経」が行われました。

本来ならば、法要後は食事会をし、午後からは婦人会・子供会による模擬店やゲームなどが行われますが、新型コロナウイルスの影響により午後の部は中止となり、法要のみが行われました。子どもたちの賑やかな声が聞こえないのはさびしいですが、「こういう状況だから仕方ないな～」「せめて法要だけでもできてよかった」とおっしゃっていました。



「マスク着用」「熱中症対策」「長時間の接触を避ける」など、しっかり対策をされたうえで行われました。

昨年のように

令和元年8月23日(金)、朝から雨が降るあいにくの天候でしたが、午後からは雨もやみ、無事開催することができました。

のぼり旗や提灯が数多く掲げられ華やかな雰囲気の中、正午から「地蔵尊法要読経とお食事会」、その後は婦人会や子供会による「フルーツ」や「かき氷」、「スーパーボールすくい」などの模擬店が催されました。



昨年のだんじり祭

今年は新型コロナウイルスの影響で、だんじり祭は中止となりました。あちらこちらから太鼓や笛の音が聞こえない秋、さびしく感じる方も多いのではないのでしょうか。昨年の写真ではありますが、勇壮な山車の姿をご覧ください。

新家



鶴原東



鶴原



上瓦屋



貝田



中之庄



下瓦屋北出



下瓦屋南



NHG 体育館 [ヘルスアップ教室]

未経験なことにチャレンジして、参加者が楽しみながらレベルアップしていく教室です。誰でもすぐなじめ、入りやすい雰囲気ですので、気軽にご参加お待ちしております。

講師：山田 昌生先生



金曜日 19:20~20:40

気持ちスッキリ!

体力がついた!

楽しみが増えた!

体調がよくなった!

スカッとする!

空き缶・古紙回収 (回収地域は、鶴原東町)

今月は、10月10日(土) 午前10時~ (雨天中止 ☔)

- ・ビンとスプレー缶は回収しておりません。
(子どもがケガをするおそれがありますので、絶対に入れないでください。)
- ・空き缶は、空きビンが混ざっていると回収できませんのでよろしくお願いします。
- ・ペットボトルの回収ができなくなりました。ペットボトルを入れないようにお願いします。

新型コロナウイルスの感染拡大防止の為、青少年分館の子どもたちは回収作業には参加せず、館で仕分け作業のみ行います。回収作業は職員で行いますので、玄関前や指定場所にお出してください。よろしくお願いいたします。

10月1日・15日

「泉佐野元気塾」

音楽介護予防教室

第1・第3 木曜日

日時：毎月 午後1時半~3時
対象：泉佐野市介護保険加入の方(40歳以上)
定員：なし 参加費：無料
持ち物：飲み物、汗拭きタオル
※動きやすい服装で参加してください
申込：不要(会場まで直接お越しください)

10月18日

「介護予防カラオケ」

歌って元気にカラオケ!

日時：毎月 第2 火曜日 午後1時~3時
対象：40歳以上 定員：なし
参加費：無料 持ち物：飲み物
申込：不要(会場まで直接お越しください)



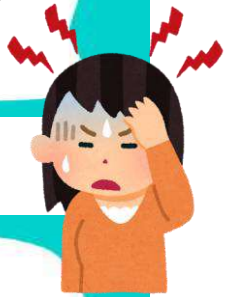
「化学物質過敏症」をご存知ですか

私たちの身の回りにはさまざまな化学物質が存在します。化学物質過敏症は、身の回りで使われている家庭用品や化粧品などに含まれるさまざまな種類の微量の化学物質に敏感に反応し、アレルギー症状があらわれるといわれています。一度にある程度の量の化学物質にさらされたり、少量でも長期に渡ってさらされたりすると、それ以降、わずかな量の物質にも過敏に反応するようになることがあります。

発症などのメカニズムについては未だ解明されていない部分があり、治療方法も確立されていません。そのため、原因がわからない体調不良や周囲の理解がないことで苦しんでおられる方がいらっしゃいます。

【おもな症状】

喘息、のどの痛み、動悸、めまい、頭痛、皮膚炎、不眠、不安、全身倦怠感などですが、人によって症状はさまざまです。



【発症者が反応を示すおもなもの】

防虫剤類、殺虫剤、除草剤、洗剤、漂白剤、芳香剤、化粧品、塗料など、日常生活の中で身近に存在し、意識せずに接触しているものが多いようです。



【化学物質過敏症についてご理解とご協力のお願い】

皆さんの周りにも化学物質過敏症の方がいらっしゃるかもしれません。身の回りの何気ないものがその方の症状を悪化させることにつながるかもしれません。香料（香水・整髪料）などの使用についてご配慮をお願いいたします。



問合先：泉佐野市役所 健康推進課（☎072-463-1212）

離任式

新学期が始まり、様々な点で新しい学校生活の様式を求められる中、昨年度で本校を去られた先生たちから在校生に向けての言葉を送る「離任式」を行いました。例年は全校生徒を前に体育館で離任された先生全員が一言ずつお話をするのですが、今年は密を避けるために映像を使用して在校生にメッセージを送ってもらいました。

昨年度末からの臨時休校によりどの先生が転出されたかも知らないままだった在校生にとって、久しぶりに見る先生たちの姿が懐かしかったようで、うれしそうに話を聞いている生徒の姿が見られました。



部活動開始

新型コロナウイルス拡大防止の観点から控えられていた部活動が、無事に開始しました。臨時休校中はなかなか家から出られずに、ストレスのたまっていた生徒が多かったようで、部活動の開始により、久しぶりに自分の好きなことに打ち込める時間が持て、充実した笑顔がたくさん見られました。また、府や市の中体連等では感染防止対策を取りながら、試合などをできる限り開催していきたいということで、部活動によっては無観客や人数制限を設けるなどの対策を立てて試合等を行っています。



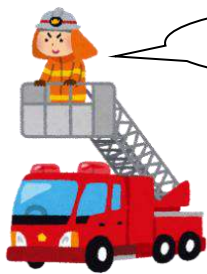
平和学習

毎年、3年生は8月6日の平和登校日に、中学校で学習してきた平和学習のまとめを1・2年生に発表しています。今年は、臨時休校の影響で8月6日が夏休み期間ではなかったため、例年のように北部市民交流センターを利用させてもらっての発表ではなく、事前に作成した映像を通して下級生への発表を行いました。

臨時休校で自分の学習や進路に関して不安を抱える中、実行委員は下級生のために時間をさいて発表の準備をしてくれました。発表を受けた1・2年生は「自分の進路で大変な中、私たちに対してわかりやすい発表を用意してくれた3年生に感謝したいです。」や「今まで、戦争のことを学んできたけど、今回は新しいことをたくさん知った。」

「自分たちも3年生になったらこんな風に、自分たちが学んだことをだれかに伝えられるようになりたいです。」といった感想を書きました。1・2年生の書いた感想文は3年生に届け、平和学習の集大成とする予定です。





電気器具を正しく使用し、 未然に防ごう電気火災!

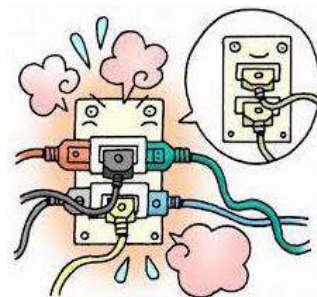
電気は私達の日常生活において必要不可欠なエネルギーです。

火災原因で多いのは、全国的には「放火」「たばこ」等ですが、令和2年上半期の泉州南消防組合管内火災原因は「電気機器」が一番多く、それに関係する火災も多くなっています。

普段の生活の中で出来ることから始めて、未然に電気火災を防ぎましょう。

電気火災を防ぐポイント

1. タンスや冷蔵庫の裏などは、ほこりと湿気が溜まりやすい場所なので「トラッキング現象(※)」が発生しないように、差し込みプラグは定期的に掃除を行いましょう。
※コンセントに差し込んだプラグの間に付着したほこりが湿気を帯びることにより漏電し、発火する現象。
2. プラグを抜くときにコードを持って引っ張ると断線による接触不良やショートする原因になりますので、コンセントから抜くときはプラグを持って抜くようにしましょう。
3. テーブルタップは使用できる電力が決まっており、多くの電気器具を使用して許容量を超えてしまうと発熱し、発火する恐れがあるため許容量を守りましょう。



【問い合わせ先】泉州南消防組合 泉佐野消防署

Tel 072-469-0119 Fax 072-469-0050

☆	火災・救急・救助は	局番なしの119番	<p>火事と救急・救助は119</p>
☆	携帯電話からも	局番なしの119番	
☆	火災発生場所テレホンサービス	「072-463-0009」	
☆	医療機関照会・救急医療相談は「救急安心センターおおさか」	携帯電話・プッシュ回線からは「#7119」 IP電話・ダイヤル回線からは「06-6582-7119」	
☆	小児救急電話相談(20時から翌朝8時まで)	携帯電話・プッシュ回線からは「#8000」 IP電話・ダイヤル回線からは「06-6765-3650」	

クロスワード

8月号 結果発表!

1	お	こ	2	し _A		3	さ		4	さ	5	さ	6	み
	こ		7	ゆ	8	う	ば	9	り _B		10	と	ろ	
11	の	ど	ご	し				12	ぶ	13	ど	う		
	み		う			14	え			て _D			15	く _H
16	や	ぎ			18	ま	い	19	こ _F		20	ぶ	り	
21	き	ゆ	う	り _I				22	が	ら	な			
		う			23	ね	ぼ	し			25	し	そ	
26	た	た	27	き			た _C		28	う _G	め			
29	い	ん _E	す	た	ん	と					30	じ	ん	

たくさんのご応募
 ありがとうございます。
 当選された20名様には、
 図書カード1,000円分プレゼント
 おめでとうございます🎉

答え「し(っか)りた(べ)て(け)んこう(づ)くり」

《しっかり食べて、健康作り!》



3食バランス良く
 しっかり食べて、
 免疫力をあげましょう!

おめでとうございます😊

プレゼント引き換え期間

2020年9月25日(金)~10月30日(金)
 午前9時~午後8時まで(日・祝除く)

当選された方は、本人確認書類(免許証や保険証など)を、北部市民交流センター本館・北部公民館までお持ちください。

※期間が過ぎた後の引き換えはいたしかねます。

今回いただきましたご意見・ご感想は、今後の紙面作りに役立てたいと思います。

鶴原	坂本 孝子	泉ヶ丘	松野美耶子
鶴原	佐藤起公子	泉ヶ丘	三上 周一
鶴原	田川英里子	泉ヶ丘	山下 政弘
鶴原	中村 洋子	泉ヶ丘	江口 敦子
鶴原	平田 美幸	南泉ヶ丘	浜 千草
鶴原	藤田 茂子	南泉ヶ丘	高崎 久恵
鶴原	若松 節子	中庄	南 晴美
鶴原	相村 真弥	湊	中塚 香
泉ヶ丘	麻生川俊彦	熊取町	吉村 美穂
泉ヶ丘	東 美歌	泉南市	藤井 和美

北部市民交流センター本館・北部公民館

TEL: 072-464-5725 FAX: 072-469-2284

月曜日から土曜日の午前9時~午後8時(祝日除く)