

地域情報誌

2025

1月

たがあし
まあ
さるく
あだ
か
に



絵手紙作家
北川長一郎さん作

目次

【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
☎072-464-5725



- 01 本館からのお知らせ
- 02 本館からのおしらせ
- 03 図書室だより
- 04 お家で簡単健康体操
- 05 就労支援フェア/福祉分館

- 06 体育分館/青少年分館
- 07 長坂小学校の教室から
- 08 道路交通法の改正について
- 09 人権の視点
- 10 防災・減災コーナー



講座のお知らせ

燻製 絶品やみつき

燻した香りや味を贅沢に楽しみ、手軽にできる燻製を学びましょう！メニューはお店でも人気のベーコン・鯖・卵・お楽しみもう一品

対象：16歳以上
定員：12名（先着順）
受講料：1,000円（材料費800円含む）
講師：木島 成志さん
（燻製と酒の店SMOKE BAR+ SAKE MARUKI）
持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具、持ち帰り用袋または容器
申込み：1/6（月）から受付開始
受講料の納入、キャンセルは1/16（木）まで

1/23（木）
13:30～15:00



スマホで検索してみよう

スマホで写すだけで検索・調べることができる「Googleレンズ」アプリをダウンロードし、使い方の説明をします。2日目は、応用と復習、ネットのセキュリティについての説明をします。

対象：スマホで簡単な文字入力ができる人
定員：12名（先着順）
受講料：無料
講師：(株)Minadiaスマートフォン専任講師
持ち物：お持ちのスマホ（充電を済ませた状態で）、筆記用具
申込み：1/6（月）から受付開始
キャンセルは1/20（月）まで

1/27・2/3（月）
10:00～11:30
※全2回



コーヒーマイスターによる おいしいコーヒーの淹れ方

ちょっとしたコツでコーヒーはさらに美味しくなります。初めての方もわかりやすく、おいしいコーヒーの淹れ方を楽しく学べます。

対象：16歳以上
定員：12名（先着順）
受講料：1,000円（材料費800円含む）
講師：本多 佳子さん
（onigiri coffee・SCAJ認定コーヒーマイスター）
持ち物：エプロン、筆記用具
申込み：1/7（火）から受付開始
受講料の納入、キャンセルは1/20（月）まで

1/27（月）
13:30～15:00



ミシンで手作りエコバッグ

普段使いもできて可愛い！エコバッグをつくれます。

対象：16歳以上
定員：10名（先着順）
受講料：1,400円
（材料費1,200円含む）
講師：神藤 里美さん
（北部市民交流センター本館登録講師）
持ち物：裁縫道具、ミシン（あれば）
申込み：1/7（火）から受付開始
受講料の納入、キャンセルは1/22（水）まで

1/29（水）
13:00～15:00



豚まんと杏仁豆腐

豚まんと杏仁豆腐と、おまけの一品を作ります。

対象：16歳以上
定員：10名（先着順）
受講料：1,000円（材料費800円含む）
講師：豊田 明子さん（おさとパン工房）
持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、手拭きタオル、マスク
申込み：1/8（水）から受付開始
受講料の納入、キャンセルは1/23（木）まで

1/30（木）
10:00～12:00



救命救急講座

～いざという時にうごける私になる～

AED使えますか？心臓マッサージ出来ますか？突然人が倒れ心臓や呼吸が止まった場合、何もしないでいるとその人の命は急速に失われていきます。大切な人の命を救うために、救命の正しい知識を学びましょう！

対象：16歳以上
定員：20名（先着順）
受講料：無料
講師：泉州南消防組合
持ち物：筆記用具、飲み物
申込み：1/9（木）から受付開始
キャンセルは1/27（月）まで

1/31（金）
13:30～15:00



…さのぼっぽ対象



…さのぼポイント対象

さおり織



様々な色や太さの糸を、小さな織機で編んで作るさおり織。使い方はいろいろ、自分だけの布づくりを体験しませんか。約24cm×14cm

2/4 (火)

① 9:30 ~ 12:00
② 13:30 ~ 16:00

対象：16歳以上
定員：各5名（先着順）
受講料：1,400円
（材料費1,200円含む）

講師：川崎 美枝さん
（北部市民交流センター本館登録講師）

申込み：1/8（水）から受付開始
受講料の納入、キャンセルは1/23（木）まで



わたしと家族の「そうぞく」講座

2/7 (金)
13:30 ~ 14:30

「相続」が「争族」にならないための準備を始めましょう！よりよい未来のための「そうぞく」について考える講座です。

対象：16歳以上
定員：12名（先着順）
受講料：無料
講師：吉牟田 智也さん
（明治安田生命りんくう営業所長）
申込み：1/9（木）から受付開始
キャンセルは1/31（金）まで



第3回 日本漢字能力検定

2/15 (土)
14:00 ~ 15:00
(10級 ~ 8級14:00 ~ 14:40)

2級 3,500円
準2級~4級 2,500円
5級~7級 2,000円
8級~10級 1,500円

※結果の郵送希望の場合は、別途郵送料必要

対象：漢字検定の受験を考えている人
定員：50名（先着順）
申込み：1/16（木）までに検定料を事務室に納入

漢検

泉佐野元気塾

毎月
第2・4木曜日
(1/9 - 23)
13:30 ~ 15:00

歌と音楽を楽しみながら、手や指を使って簡単な体操をします。

対象：泉佐野市介護保険加入者(40歳以上)
定員：55名
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
申込み：不要(会場まで直接お越しください)



介護予防カラオケ

毎月
第2火曜日
(1/14)
13:00 ~ 15:00

認知症予防、高血圧の防止、嚥下防止、ストレスの軽減など、楽しく介護予防！

対象：40歳以上
定員：なし
持ち物：飲み物
申込み：不要(会場まで直接お越しください)



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
受付：月曜日から土曜日 9:00~20:00
(日・祝は除く)



公式Instagram



公式X



ホームページ

1月から講座に参加していただくと、さのぼポイントを付与いたします！
ポイント付与対象講座には  マークがついています！
(受講料100円ごとに1ポイント) 詳しくは当館までお問合せください。



なごみのかぜ1月号から、より見やすい紙面になるようフルカラーで発行いたします！これからも様々な情報を発信していきますので、今後ともよろしくお願いたします😊

ご意見・ご感想はこちらまで [ izumisanojinbun@beach.ocn.ne.jp]



一般展示 「開運」



2024/12/27~2025/1/29

年の初めは清々しい気持ちで初詣に行きたくありませんよね。それに「おみくじ」もひきたくありません…2025年も良いことがありますようにお願いしてませんか？

展示本（一部）

- 『幸せ招く縁起物』 『全国厄除け郷土玩具』
- 『寝るだけで運が良くなるお守りの法則』
- 『関西週末開運御朱印さんぽ』 『世界遺産の神社』

児童展示



「わくわくしたい」



2024/12/27~2025/1/29

お家の中でもワクワクすることは作り出せる！冬休みや寒い日のおうち時間にピッタリの実験遊びや実験工作。小さな「なぜ？」を広げてみると、もっともっと大きな不思議な世界が待っているかも…！化学の不思議が詰まった本を開いて、ワクワクをぜひ体感しよう。

展示本（一部）

- 『世界のミステリー100図鑑』
- 『みんなが知りたい！ファンタジーのすべて』
- 『まるで魔法のような本当の話』
- 『楽しく遊ぶ学ぶまだある！ふしぎの図鑑』



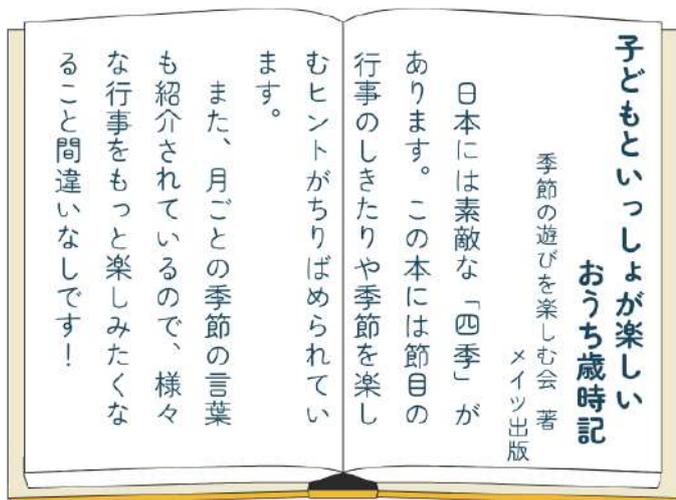
図書室には定期的に新着本が入ってきています。
一部をご紹介しますので、皆様のご来館をお待ちしております。



- 『教養としての「税金」』 大山 泰嗣/著 日本実業出版
- 『ごくごく飲みほすだしの本』 吉田 麻子/著 文化学園文化出版局
- 『プランターで育てるぐるぐる自然菜園』 竹内 孝功/著 ブティック社
- 『ポップ・フィクション』 堂場 瞬一/著 文藝春秋
- 『フランネルの紐』 東 直子/著 河出書房新社



- 『もふもふまちがいさがし』 KADOKAWA
- 『生成AIでなにができる？』 山田 誠二/監修 文溪堂
- 『参上！ヌンチャクゴリラ』 川之上 英子/他作 岩崎書店
- 『えほんよんでどこへいきたい？』 服部 千春/さく 岩崎書店
- 『ちょうおもしろい』 あわた のぶこ/作 フレーベル館



スタッフおすすめ本



1日、2日、3日、4日、5日、6日、
12日、13日、19日、26日、30日

開室時間 9:30~17:00
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



お家でかんたん!

健康体操

各運動10回ずつ
行いましょう!

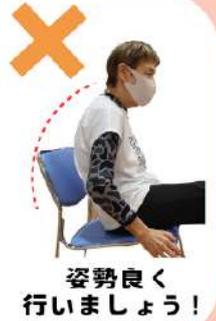
寒くなり、外出しづらい季節になりました。そんな季節にピッタリ、お家でできる簡単な体操を、当館講座「元気いきいき体操」の講師でスポーツインストラクターの西村光代先生に教えていただきました!

肩甲骨をほぐそう

肩を耳に近づけるイメージで



横



肩甲骨をほぐそう②

外回し・内回し両方しましょう!



横



肩が痛くて上まで上がらない方は
こちらの運動を!



股関節を鍛える



股関節腸腰筋を意識して、左右の足を上げ下げする

※股関節腸腰筋とは、腰から股関節まわりの筋肉のことです。鍛えることで、姿勢を安定させたり体の動きがスムーズになる効果があります

ふくらはぎの体操



かかとをあげる→第2の心臓といわれている
ふくらはぎに効果があります
つま先を上げる→すねの筋肉に効果があります
すり足予防になり、段差につま
ずきにくくなります



音楽に合わせて、つま先を
あげるだけでも効果あり!
歯磨き中や、家事の最中
などおすすめです◎

就労支援フェア2025・ 高齢者雇用促進フェア

～合同就職面接会・各種相談会を開催～

就職困難者(☆)をはじめ、未就職卒業
者、就職を希望する方を対象にした「合同就
職面接会」を開催します。ぜひ、「合同就職面
接会」にご参加ください。
また、専門相談員による各種就労相談や
「仕事説明会」も実施します。

- 日 時 令和7年1月18日(土) 午後1時～4時
- 場 所 エブノ泉の森ホール 2階
- 対 象 就職困難者・未就職卒業生・就職を希望する方
- 参加企業 泉佐野市内をはじめ大阪府下の事業所(15社出展予定)
- 内 容 ①合同就職面接会
②各種専門相談(障がいのある方・中高年齢者・若年者・リスクリング・
シルバー人材センター相談、福祉のお仕事相談等)
③職業適性検査
④シニア向け仕事説明会
- 参加費 無料

☆就職困難者・・・身体障害者、知的障害者、精神障害者、刑法等の規定により保護観察に
付された方、社会的事情により就職が著しく阻害されている方など

問合せ先 泉佐野市まちの活性課 (072-469-3131)

主催 泉佐野市・泉佐野商工会議所

北部市民交流センター 福祉分館 ☎072-464-5727

11月2日(土)、社会福祉法人水平会の創立27周年記念祭が行われ
ました。福祉分館きちょう苑棟では、南大阪カレッジ、就労支援セ
ンター、生活支援センター、きちょう苑の合同で催しを行いました。



まずは南大阪カレッジのパフォーマンスから始まり、手話ダン
ス、チーム対抗による豆つかみ競い、きちょう苑のカラオケと踊
りで大いに盛り上がりました。



今年も、利用者さんが作った様々な作品が展示され、
その中からきちょう苑の山野靖子さんが理事長賞に選ば
れ、表彰されました。



去年はたくさんのご利用ありがとうございました☀️🌟

12月28日(土)～1月6日(月)までメンテナンス整備のため休館となります🐱

1月7日(火)から通常通り10時開館いたしますので、

今年もNHG体育館をよろしくお願いいたします☀️



教室もたくさんの方に
ご参加いただきました❤️
今年もNHG体育館で
元気な体づくりを
しましょう!



鳴り物練習



ペコボール野球



室内ゲーム

青館 だより



まわり将棋流行ってます



サッカー遊び



砂遊び



1年生 「泉州黄たまねぎのお話」

1年生は、地域学習のとりくみの一環で、三浦農園さんのたまねぎ名人・深見さんから泉州黄たまねぎのお話を聞かせていただきました。

実際に黄たまねぎを見せてもらって、いつも食べているたまねぎと少しちがう平べったい形であることに気づいたり、黄たまねぎの苗をどのように植えるのか、土はどこまでかぶせるのか、苗のどの部分が育っていくのか教えてもらったりしました。給食でも苦手な野菜があるとなかなか箸がすすまない1年生ですが、自分たちの住む地域でつくられている黄たまねぎに興味津々な様子でした。また、野菜をつくる大変さや楽しさも教えてもらい、農家のお仕事についても知ることができました。

お話を聞いた翌週には、自分たちの手で、黄たまねぎの植え付けもさせていただきました。来年の収穫までにどれくらい大きくなるか楽しみです。

5年生 「宿泊学習」

5年生は、10月18日19日に大阪府立青少年海洋センターへ宿泊学習に行きました。

海洋センターへ到着後、早速ビーチ活動！と海に向かったのですが、残念ながら雨が強くなってきてしまい、急遽体育館での活動になってしまいました。ですが、思いっきり体を動かして楽しくゲームができました。そのあとは、班で協力して夕食のカレー作りをしました。初めての火おこしに戸惑いながらも、無事おいしいカレーが出来上がりました。そして夜は待ちに待ったキャンプファイヤーです。ジェスチャーゲームや歌で、みんなで盛り上がりました。

2日目のメインの活動は、カヌーとカッター体験です。カッターボートはみんなで息を合わせるのに苦労する船もありましたが、2、3人乗りのカヌーは安心です。みんな息を合わせてすいすい漕ぎ、楽しく体験できました。

自分のことは自分ですするという「自立心」を養いながらも、仲間と協力し合いやり遂げる楽しさも感じられた2日間でした。



6年生 「修学旅行」

6年生は、9月20日21日に広島へ修学旅行に行ってきました。

1日目は平和学習を行いました。平和記念公園に行き、慰霊祭や被爆者の方からのききとり、資料館の見学を通して、子どもたちは戦争の悲惨さや平和の尊さについて考えていました。被爆者の方からのお話では、「今日は平和の種をみなさんに渡します。この種を大切に育ててください。」というメッセージをいただきました。自分の周りの平和について考える事から始め、自分たちができることを一つずつ積み重ねていきたいと思います。

2日目には宮島にて観光を楽しみました。厳島神社参拝、水族館見学や商店街でのお土産選びなど、楽しい思い出がたくさんできました。卒業まで残り少しくなっています。今後も行事をはじめとして、仲間同士の絆を深めていきたいと思っています。



1月8日 始業式 1月25日 土曜参観

2月26日 市内一斉パトロール（集団下校訓練）



新しい罰則で存じですか？

自転車のスマホ・酒気帯び運転の罰則が強化されました

運転中のながらスマホ



スマホなどを手で保持して、自転車に乗りながら通話する行為、画面を注視する行為が新たに禁止され、罰則の対象となりました。

違反者は
6か月以下の懲役
又は10万円以下の罰金

交通の危険を生じさせた場合
1年以下の懲役
又は30万円以下の罰金

「運転中のながらスマホ」「酒気帯び運転」は
自転車運転者講習制度の対象になります。

自転車運転者講習制度とは・・・

自転車の運転に関し、交通の危険を生じさせるおそれのある一定の違反（危険行為）を反復して行った者は講習制度の対象となります。※受講命令違反 5万円以下の罰金
その他の危険行為：信号無視や指定場所一時不停止、遮断踏切立ち入り、安全運転義務違反、通行区分違反など

重大事故を防ぐために、交通ルールを遵守しましょう！

酒気帯び運転および幫助



自転車の酒気帯び運転のほか、酒類の提供や同乗・自転車の提供に対して新たに罰則が整備されました。

違反者は
3年以下の懲役
又は50万円以下の罰金

自転車の提供者は
3年以下の懲役
又は50万円以下の罰金

酒類の提供者・同乗者は
2年以下の懲役
又は30万円以下の罰金

「泉佐野市人権を守る市民の会」 からのお知らせ

■ 「人権尊重の明るいまちづくり」をめざして

泉佐野市人権を守る市民の会は「人権尊重の明るいまちづくり」をめざして人権草の根運動をすすめています。1979(昭和54年)に設立され、今年で46周年を迎えます。学習会や講座、映画会、小学校区ごとの地区委員会活動など、一年をつうじてさまざまな活動をしています。

■ 1月から3月までの催しを紹介します。

(1)人権を考える映画会第2回、第3回は「沖縄」をテーマにした映画を上映します。

第2回 1月25日(土) 午後2時

『標的の島 風(かじ)かたか』(三上智恵監督 2017年)

第3回 2月16日(日) 午後2時

『戦雲 いくさふむ』(三上智恵監督 2024年)

基地要塞化が進む沖縄の島々を長年にわたって記録し続ける三上智恵監督の作品を連続上映します。

いずれも会場はレイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センターです。

(2)学習会(3月8日(土)午後2時から5時)

『ワタシたちハニンゲンダ!』上映と高(コウ)賛(チャ)侑(ニユウ)監督の講演

スリランカ人女性ウィシュマ・サンダマリさん(33)が名古屋入管で死亡したできごとには、日本政府の差別的な外国人政策が深く関わっています。さまざまな映像を使い、日本の外国人政策の差別性を問う映画です。上映終了後に高監督の講演と質疑応答、意見交換などを行います。会場はレイクアルスタープラザ・カワサキ生涯学習センターです。

(3)第26回泉佐野市人権研究集会(3月2日(日)正午)

午後1時から式典と講演

講師 山本 浩之 さん(フリーアナウンサー)

演題 『いま、守らなければならないこと』

会場 エブノ泉の森大ホール

※集会終了後にアンケートにお答えいただいた方に「さのぼ」1,000ポイントが進呈されます。

参加申し込みは2月3日(月)からです。

(4)あいあい講座 第4回 3月15日(土)午前8時～午後6時

「ゆっくり歩こうなあ止揚学園」 止揚学園での現地学習です。

「知能に重い障がいのある仲間たちの明るい笑顔があふれている障がい者支援施設」を訪問し、交流します。

バスで移動します。市役所前集合。定員20人 参加費1,300円

※(1)(2)(4)は申込受付中です。人権推進課(☎072-463-1212)にお問い合わせください。



火災のないまちづくりへ!

新年明けましておめでとうございます。

旧年中は消防行政に深いご理解と温かいご支援、ご協力を賜り、誠にありがとうございました。

本年も私たち消防職員は、安全なまちづくりのため「火災ゼロ」を目標として、火災予防思想の普及啓発を積極的に取り組んでまいります。市民のみならず一人ひとりのご協力をいただければ達成することはできません。

どうか、本年も「火の用心」を合言葉に火災のない住みよいまちづくりにご協力いただきますようお願い申し上げます。

消防出初め式

- ・日 時 1月12日(日) 10時00分から
- ・場 所 泉佐野市新安松一丁目1番23号
マンデー末広公園コミュニティ広場(J:COM体育館前)

泉佐野市では年頭を飾るにふさわしい華やかな「消防出初め式」を実施いたします。泉佐野市消防団、泉州南広域消防本部をはじめ幼年、少年消防クラブや事業所の自衛消防隊等の消防関係団体が参加します。放水訓練等を行いますのでご近所の方々、お誘い合わせのうえ、是非お越しく下さい。

文化財消防訓練

- ・日 時 1月26日(日) 10時00分から
 - ・場 所 泉佐野市大木1534番地
重要文化財 火走神社 撰社幸神社本殿
- 1月26日は文化財防火デーで、昭和24年1月26日に奈良県の法隆寺金堂から出火し、国宝の十二面壁画が焼失したことを契機に昭和30年に制定されたものです。



市内でも国宝や重要文化財をはじめとして多くの文化財があることから、防火診断を行うとともに泉佐野市消防団と合同で消防訓練を行い、文化財防火に徹底を期すよう計画しています。

泉州南消防組合 泉佐野消防署

TEL 072-469-0119・・・ガイダンス6番(直通072-463-5656)

FAX 072-469-0050



火災・救急・救助は	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」





お正月クロスワードパズル

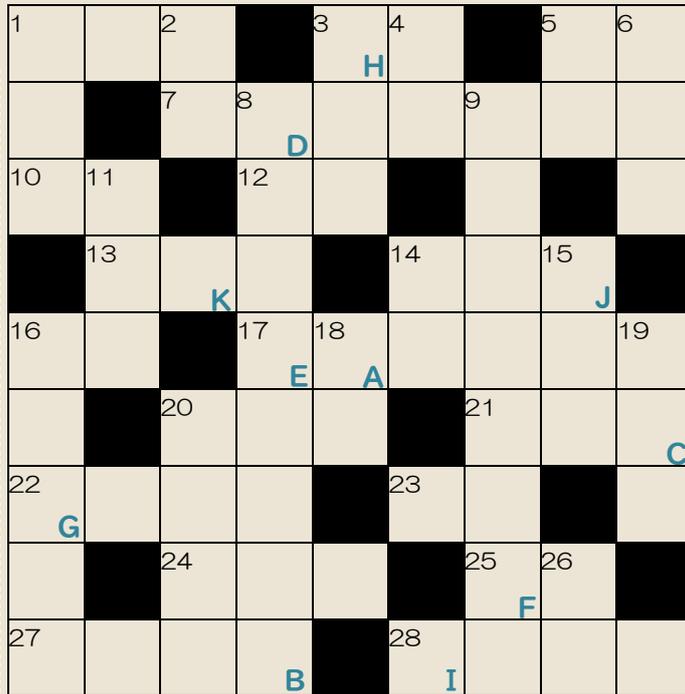
クロスワードパズルを解いて、できる言葉は何でしょう。

抽選で20名の方にプレゼント！【図書カード1,000円分が当たります】

当選者の発表は
3月号です❀

タテのカギ

1. 鮭の卵でお寿司の上に乗っている小さな赤い粒
2. 頭部の前面。目・口・鼻などがある部分
3. 商品を購入する際についてくる、追加アイテムや特典
4. 七色の帯状の光が見られる自然現象
5. ヘビやクモ、一部の植物がもつ有害な物質
6. 海に生息し、陸上でも動くことのできる哺乳類
漢字で「海驢」と書く
8. リズムよく太鼓を叩くゲームセンターにあるゲーム
9. 男の子のなりたい職業ランキング常に上位。グローブをはめ、ボールを投げたり打ったりするスポーツの選手
11. 海でプカプカ浮かんでいる透明な生物は？
14. 顔の両面、耳と鼻、口との間の柔らかい部分。笑ったり泣いたりすると顔に膨らみが現れる場所
15. 出世が中々できないことや、金銭的に上手くいかないことを表す慣用句。
「○○が上がらない」
16. エサを洗うことで有名な夜行性の哺乳類
18. 生命の維持に不可欠な透明で無味無臭の液体
19. バッタの一種。佃煮として食べられる
20. 雪や氷を使って作る構造物
室内は温かさを感じられる
26. 鬼は○○、蚊帳の○○、○○に入る言葉は？



ヨコのカギ

1. 海に生息する哺乳類の一種。
水族館でショーが見られる
3. 節分に退治する角の生えた妖怪
5. 家や車の出入りをするときに使う。開け閉めするもの
7. カエルの幼生
10. 心身に苦痛などがなく、リラックスしているときや、簡単な事をする際に使う表現
12. 水を貯めている場所。魚釣りができるところもある
13. 水に浮かびながら、お腹で貝などを割る動物
14. 自分の物として、持っているもの例:株式を○○する
16. 豆腐で出来ている日本料理。
あぶら○○
17. 飲食店などで、決められた料金で飲み物を好きなだけ選び、飲める制度
20. 緊張や期待の中で物事の経過を見守るようす。○○を飲む
21. ほんのわずかな短い時間や瞬間を表す言葉
22. 外来語ではチェック柄と言われている、色の違う正方形が交互に位置する模様。○○○○模様
23. 中世の騎士や戦士が使用する、鋼で出来た長い手持ちの武器
24. 海洋に生息する世界最大の巨大な哺乳類
25. お寿司や和食の盛り付けによく使われ、独特の風味をもつ葉
27. 16世紀の航海において、世界一周を達成したポルトガルの探検家
28. 空手などで手のひらの外側を使い攻撃する方法。親指以外の4本を伸ばして密着させた形

【応募方法】

※切 1月31日(金) 必着

以下の答えの欄に記入し、ハガキ・FAX・Eメールでも受け付けます。なお、応募の際は、以下①～⑥の内容をご記入ください。

- | | |
|-----------|----------|
| ①クイズの答え | ④年齢 |
| ②住所 | ⑤電話番号 |
| ③名前(ふりがな) | ⑥ご意見・ご感想 |

【クロスワードの応募先】

泉佐野市立北部市民交流センター本館クイズ係

【はがき】〒598-0062

泉佐野市下瓦屋 222-1 (31日必着)

【メール】

izumisanojinbun@beach.ocn.ne.jp

【FAX】072-469-2284

※応募は、1人1通に限ります。

【個人情報の取り扱いについて】

皆さまの個人情報につきましては、厳重に管理し、ご応募の目的以外では、使用しません。

キリトリ

答え	A	B	C	で	D	E	F	G	H	I	よ	J	が	K	
住所								ご意見・ご感想							
名前(ふりがな)															
年齢															
電話番号															