

定期講座「まるでデパ地下
デリカ」後期募集

簡単でおしゃれなデパ地下風のごちそうを作りましょう。

対市内在住・在勤・在学の成人
日・時11月～3月の第3水曜日午前10時～午後1時 場市立公民館（堺町） 講遠山智美氏（Mon-Pain 主宰） 費7,100円（材料費ほか） 定16人（抽選） 申・問9月24日（木）までにQRコードで市立公民館へ ☎ 423-9616 423-3011



健康・福祉

介護助手として働きませんか
説明会＆合同就職説明会

清掃や食事の配膳など、身体介護以外の周辺業務の説明会（介護業務の既従事者は参加不可）です。

日・時9月24日（木）説明会…午後2時～2時45分、合同就職説明会…午後2時45分～4時15分 場opsol 福祉総合センター（野田町1丁目） 定30人程度（申込先着順） 申QRコードまたは電話でセントスタッフ株式会社へ ☎ 03-6803-5624 問府福祉人材・法人指導課 ☎ 06-6944-8950



らぶ家庭教育学級公開講座
「虫歯はお口だけの問題じゃない
全身の健康との深い関係」

実際に口の動きや歯の使い方を見ながら、問題点を見つけましょう。

対中学生～高校生の保護者 日・時10月6日（火）午後2時～3時15分 場山直市民センター（三田町） 講小島理恵氏（小島歯科医院副院長） 定30人（申込先着順） 申・問9月8日（火）～30日（水）に電話

で山直市民センターへ ☎ 441-1451

分館 短期講座
1回だけのおためしヨガレッスン



心と体をリフレッシュできるヨガを基本から学びましょう。

対18歳以上の女性 日10月17日（土） 内・時ゆったりヨガ（初心者向け）…午前9時半～10時半、しっかりヨガ（ハード系）…午前11時～正午 場春木市民センター（春木若松町） 講大井富美代氏（背骨メンテナンスヨガ認定インストラクター） 費100円（傷害保険料） 定各15人（抽選） 申・問9月29日（火）までにQRコードで春木市民センターへ ☎ 436-4500 ※来館で申し込みの場合、当落連絡用はがきをご持参ください。



障害者の体験講座
「みて！きいて！うたって！
さわって！スペシャルコンサート」

クラシックから童謡、ポップスまで気軽に楽しめる参加型コンサートです。

対18歳以上の障害者（介助者同伴可） 日・時10月17日（土）午前10時～11時半 場市立公民館（堺町） 講森崎良尚氏（南海福祉看護専門学校専任講師） 費100円（傷害保険料） 定30人（抽選） 申・問9月30日（火）までに電話またはファクス（氏名、電話・ファクス番号を記入）で市立公民館へ ☎ 423-9615 423-3011 ※手話通訳希望者は要問い合わせ。

常盤地区公民館短期講座
「チェアヨガレッスン」

チェアヨガで体と心をリフレッシュしましょう。

日・時10月22日（木）午前10時～正午 場桜台市民センター（下松町4丁目） 講西村寿子氏（ヨガインストラクター） 費100円（傷害保険料） 定20人（抽選） 申・問9月15日（火）～30日（水）午後9時にQRコードで桜台市民センターへ ☎ 428-9229



暮らし

【つながりサポート事業】
出張・女性のための
Flat（ふらっと）スペース

アロマの香りとリラックスハンドマッサージを体験しませんか。

対女性 日・時9月15日（火）午前10時～正午 場そよら東岸和田（土生町2丁目） 講西村沙織氏（アロマセラピスト） 定10人（申込先着順） 申・問電話またはメール（住所、氏名、電話番号を記入）で特定非営利活動法人ここからKitへ ☎ 090-3943-4776 4776 tsunagarisapoto59@gmail.com

9月20日～26日は動物愛護週間
アニマル ハーモニー
大阪のつどい2026

空港で働く犬のお仕事紹介や子ども向け動物教育プログラム（VR）など、楽しみながら動物について学びましょう。キッチンカー出店もあります。

日・時9月20日（日）午前11時～午後4時 場問府動物愛護管理センター（羽曳野市） ☎ 072-958-8212



片づけるだけで防災力アップ！
今日からできる安心の暮らし講座



有田桜氏

「防災を始めたけれど何からすればいいかわからない」、そんな人へ向けた講座です。自分に合った「維持できる防災」を考えましょう。

日・時9月27日（日）午後1時半～3時 場男女共同参画センター（加守町4丁目） 講有田桜氏（整理収納アドバイザー） 定30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QRコードまたは電話・ファクス・メール（講座名、住所、氏名、電話番号、保育希望者は子の氏名・生年月日を記入）で男女共同参画センターへ ☎ 441-2535 441-2536 441-2536 jinkens@city.kishiwada.lg.jp ※保育・手話通訳希望者は9月17日（木）までに要申し込み。



疲れがとれる
アーユルヴェーダ養生
（市民活動初動支援事業）

スパイス作りとランチ交流会で一息つきませんか。

日・時10月10日（土）午前11時～午後1時半 場市立公民館（堺町） 講本田典子氏（アーユルヴェーダフード&ハーバルコーディネーター）、高木哲男氏（岸和田グランドホール顧問） 費3,000円（ランチ代ほか） 定12人（申込先着順） 申・問QRコードでOMUSUBIへ ☎ 080-6101-5783



生活援助サービス従事者研修
家事を仕事に活かしませんか？

研修（全3回）を受講すると、高齢者を補助する仕事の資格を取得でき、介護事業所などで働くことができます。

対市内在住・在勤・在学者
日・時10月19日（月）・22日（木）・29日（水）午前10時～午後3時 ※29日（水）のみ午前9時45分開始 場opsol 福祉総合センター（野田町1丁目） 定50人（申込先着順。申込人数が一定数に満たない場合は中止） 申・問9月30日（火）までにQRコードまたは電話・ファクス（住所、氏名、生年月日、電話番号、在勤・在学者は勤務先・学校名を記入）で介護保険課へ ☎ 423-9475 423-6927



岸和田港まつり「日本丸（レプリカ船）」体験クルーズ

対市内在住・在勤・在学者（小学生以下は保護者同伴で）

日・出航時間10月25日（日）第1便…午前11時、第2便…午後1時、第3便…午後3時（各30分前受け付け開始） 場阪南第3号岸壁（地蔵浜町11付近。駐車場あり。南海岸和田駅から無料シャトルバスあり） 定各便400人（抽選）

申9月25日（金）（必着）までにQRコードまたははがき（①代表者の住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号 ②同行者全員の氏名・年齢〈代表者含め6人まで〉 ③希望の便〈第3希望まで〉 ④市外在住者は勤務先または就学先の名称・住所 ⑤希望のアクセス方法〈車またはバス、その他〉を記入）で産経新聞開発㈱サンケイツアーズ岸和田クルーズ係へ ☎ 556-0017 大阪市浪速区湊町2-1-57 ☎ 06-6633-1515

問岸和田港振興協会事務局（産業政策課内） ☎ 423-9618

※重複応募不可。7人以上の申し込みは要問い合わせ。当選者にのみはがきで結果を通知。

