

時間割表

おもしろそう、なんだろうと思うものを見つけたら、
いざ、教室へ！きっと何かが見つかるはずです。

「まちセミ・IZUMI」には、事前申し込みはありません。当日配布のパンフレット、または
ホームページを参考に受けたい授業を探してください。 <https://www.machisemii.com>

普通教室		1時間目 10:00～10:50	2時間目 11:10～12:00
1F	1-A	スマホでAIを使った動画づくりに挑戦！ 大石 美幸	寒さ暑さに弱い私の健康・快適住まい方術 小南 俊文
	1-B	認知症のという病とは 在宅介護の経験談 外山 努	エンディングノートの書き方講座 前川 雅人
	1-C	「日本100名城」をめぐる楽しさ 北村 修治	へ～和泉ってそんな面白い話があるんだ！ Osaka とらさん！
	1-D	【ニーサ】を深掘り!! 知らないと勿体ない！ 大田 かんじ 持ち物：筆記用具	5つ折りで素敵な切り紙を作ませんか！ みつい (定員あり) 持ち物：無地の折り紙（裏が白）、ハサミ
2F	2-E	笑える頭の体操ふまねっと運動 杉森 まり子 徳永 美智子 (定員あり) 持ち物：動きやすい靴	チカラを使わない合氣道の不思議 田中 宗吾
	2-F	「あらがい」「いとわず」生活する 堀田 亨	手裏剣飛ばし器で手裏剣を飛ばそう キヨ
	2-G	目指せ！コミックマーケット 同人誌の作り方講座 野口 正文	意外と知らない電車のお話し 野口 正文
	2-H	梅干しでわかる言葉の力 寺井 功	はじめて投資のキホンのキ 塩見 由美子
3F	3-J	哲学対話を楽しもう！ 田中 宗吾	介護施設の情熱物語・介護士視点の話 たおだ 英伸 持ち物：涙をふくハンカチ
	3-K	カラフル道場 じゅん (定員あり) 材料費：100円	スワロフスキーのプチアクセサリー KAYO (定員あり) 材料費：600円 持ち物：老眼鏡（必要な人）
	3-L	パッチワークで巾着作り 梅谷 恵子 (定員あり)	やってみよう！単衣類等のリメイク マツダ スミエ 持ち物：着なくなった衣類等（あれば2～3点）
	3-M	読書のススメ 大槻 亮志	SNSとAI 安全利用の豆知識 高杉 正勝
特別教室		1時間目 10:00～10:50	2時間目 11:10～12:00
3F	理科室	日々のお肌のお手入れを学んでみませんか メナード化粧品 赤坂公園北店 久田里恵	サイエンスショー「空気はチカラもち」 齋藤 吉彦
	音楽室	手話歌 上林 紀子	♪ はっぴーよさこい！ 音愛心（おとめごころ） 持ち物：水分、上靴
体育館		なわとあそぼう！～ワクワクたいけん～（短なわ） 北田 和美 持ち物：水分、バスタオル、上靴、動きやすい服装	なわとあそぼう！～「できる！」がふえる～（長なわ） 北田 和美 持ち物：水分、バスタオル、上靴、動きやすい服装
中庭		ポール de ウォーク（雨天：1Fホール） 芦田 三雄 (定員あり) 持ち物：上靴、動きやすい服装、ポール（あれば）	しめ縄を作って新年を迎えましょう 山谷 茂、芦田 三雄 (雨天：美術室)

朝は、まず朝礼 9時00分～9時40分

今年は、「ウインドシンセサイザー」による演奏でスタート！
ラジオ体操やロックダンスもあります。
からだをほぐして、すがすがしい気持ちで授業に向かいましょう。

お昼休み 12時00分～13時00分

午後は何の授業を受けようか、ゆっくり考えましょう。
お弁当の販売も行います。



3時間目 13:00～13:50	4時間目 14:10～15:00
理学療法士と備える10年後の姿勢習慣 奥野 智之・富安 謙太・坂口 顕宏・仲村 珠夢	運は変えられる～幸せな人生を引き寄せる7つの習慣～ 辻 宏康
アロマの使い方 的場 知佐子	ブリザーブフラワーとフェイクフラワーで作るミニクリスマス 的場 知佐子
和泉ぶらり～映像で巡る小栗街道～ 和泉観光ボランティアクラブ	光明池のヒ・ミ・ツ 森田 春美
平和の象徴、紅白4連鶴を折ってみませんか！ みつい (定員あり) 持ち物：無地の折り紙（白黒以外で裏が白）	ドリップコーヒーと太極拳 村田 健
チェアダンス JUN (定員あり) 持ち物：水分、動きやすい服装	正しいカラダの使い方 杉若 康子 (定員あり) 持ち物：タオル、水分
“誰も教えてくれない『老化』”の話をします 星乃 勝	そうぞくセミナー 森 昭男 持ち物：筆記用具
乗り鉄爺さんのひとり言 スマイル・佐藤 持ち物：優しい素敵な笑顔	街道をプラタモリ風に歩いてみた！ 大谷 英徳
周りに迷惑をかけないための生前対策講座 奥西 里美（さとみん先生）	温泉の期待効果と正しい健康入浴法 温泉ソムリエ・温泉健康指導士 岩井 仁 持ち物：筆記用具
知らなかった医療、介護のつかいかた 中村 恵子	おりがみで遊ぼう 中居 順三
立禅ワークショップ～中高年からの身体革命～ 石田 晋 (定員あり)	英語であそぼ！ ちこ
腹話術 ゆたりん（梅谷恵子）	ドッグトレーナーが考える犬育て・子育て 東田 崇史
中国人が教える はじめての中国語 盛田 宏美	わくわくスタンプラリーで記念品ゲットだぜ！
3時間目 13:00～13:50	4時間目 14:10～15:00
SeeStarを使って天体観測実習 奥村 政則 持ち物：スマートフォン	人間は目に見えるものに左右されている 松原 真紀
楽器体操 ボンドさんといきなりバンドやろうよ！ ボンドさん（池田 吉宏）	清川のリズムの教室 清川 将之
太極拳を通じて心と身体を美しく 村田 健	みんなもアイドルになろう！☆彡 きらら 持ち物：水分、タオル、上靴
登校したら参加賞もあるよ～ 	モルックで遊ぼう（雨天中止） なみ 持ち物：運動靴

掃除の時間 15時00分～15時20分

来た時よりもキレイに！今日の出会いに感謝して、
教室や廊下など、すみずみまで掃除しましょう。



私たちは「まちセミ・IZUMI」を応援しています。

このたび、「まちセミ・IZUMI」を支えてくださるスポンサーの皆様から、事業活動支援へのご協賛金を賜りました。皆様からの多大なるご支援、誠にありがとうございました。心より感謝申し上げます。つきましては、ご協賛いただいたスポンサーの皆様のご芳名を掲載させていただきます。

Aroma Roza 的場知佐子

石田歯科医院

一般社団法人 和泉市歯科医師会

一般社団法人 和泉市医師会

和泉ノ国観光 株式会社

NPO法人 和泉防災ネットワーク

うお萬

L.Ange

大阪トヨペット株式会社 トリヴェールいぶきの店

音愛心(おとめぐろ)

K-Farm

株式会社KUL (エコール・いずみ)

河合電気 株式会社

医療法人貴生会 貴生会地域包括支援センター

株式会社 CUORE

KUMON (光明台教室・野口)

光明荘地域包括支援センター

国際ソロプチミスト大阪・南陵

コシモ薬局 本店

小山歯科医院

社会福祉法人清水会 ケアハウスサニーヴィラ

サンガーデン 府中

嶋田司法書士事務所

エステティックサロンJEWEL

Hair room たあーとる

新光明池幼稚園

大栄環境 株式会社

一般社団法人 ちょいサポしのだ

肉のばんば家 和泉中央店

株式会社 西辻工務店

結婚支援センター のぞみ会

社会福祉法人 芳春会 特別養護老人ホーム ビオラ和泉

藤原 太郎

フラット・フィールド・オペレーション(さぬき屋)

纏音楽教室

三津井 博次

山本産業 株式会社

やまもと鍼灸整骨院

RYスクール

杉本 光伸

(敬称略)



送迎バスのご案内 * 事前予約が必要です



行 き	1 便	2 便
鶴山台北老人集会所	7 : 35	8 : 35
信太中学校 (第3住宅前)	7 : 45	8 : 45
和泉府中駅前	8 : 00	9 : 00
和泉中央駅前	8 : 15	9 : 15
光明台中学校	8 : 30	9 : 30

帰 り	1 便	2 便
光明台中学校	12 : 15	16 : 30
和泉中央駅前	12 : 30	16 : 45
和泉府中駅前	12 : 45	17 : 00
信太中学校 (第3住宅前)	13 : 00	17 : 15
鶴山台北老人集会所	13 : 10	17 : 25



まちセミ・IZUMI

送迎バス

送迎バスの時刻表を参考にしてください!
(最終ページに載ってますよ)

駐車スペース

もあります
家族や友だちと
乗り合わせて来てね

持ち物

- 筆記用具
- お弁当 (販売もしてるよ)
- 上履きも忘れずに!

お弁当販売

みんなで楽しい
お昼休みを!

マナビ
トリコ
イズミ

和泉市市民活動
推進支援事業

詳しくはコチラから

◆ 光明台中学校で開催! (和泉市光明台 1-28-1)

お問い合わせ: TEL:080-5701-5492

Mail: machisemii@gmail.com

主催: まちセミ・IZUMI 実行委員会

後援: 和泉市 和泉市教育委員会 (社福) 和泉市社会福祉協議会