



niccot にこっと



SENNAN_SHAKYO

みんなの居場所づくり「niccot にこっと」

どなたでもお越しください。複数でもご参加していただけます。

たくさんの方の参加で、和気あいあいとしたくつろぎの場になることを目指しています。

2026

5

May

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29 昭和の日	30	1	2
3	4	5 午前	6 振替休日	7	8	9
		午後		♪スマホ教室		
10	11	12 午前	13 ♪健康マージャン	14 ♪呼吸を感じる 優しいヨガ	15	16
		午後	♪健康マージャン	警察官から聞く 交通ルールの改正		
17	18	19 午前	20	21	22	23
		午後	健康講座・体操			
24	25	26 午前	27	28	29	30
		午後		♪初心者♡ 健康マージャン		

午前は10:00~12:00
午後は13:30~15:30

水分補給の飲み物は各自で用意ください♪

※内容が変更になる場合があります。

※★♪については、定員に限りがあるため申込みが必要です。

詳細は裏面へ⇒

※★については、受講料金（材料費など）が必要になりますので、当日お持ちください。

※手話通訳等配慮を希望の方は申込み時（2週間前）にお知らせください。

【申込み・問合せ】

泉南市社会福祉協議会

住所：泉南市樽井1丁目8番47号

TEL：482-1027 FAX：482-1618

開催場所は、

泉南市総合福祉センター（あいびあ泉南）

3階 団体活動室2

♪スマホ教室 (7日(木)午後)



定員15名
スマホの使い方がわからない方、困っている方、
わかる範囲で職員がお伝えします。
また普段使われていて分からないところがあれば
当日に聞く時間も設けています。

♪呼吸を感じる優しいヨガ



(14日(木) 10:00~11:00)
定員10名

持ち物 ヨガマット持参(大きいバスタオル可)
呼吸を深めること、自律神経を整えることを
目的とした優しいヨガです。

♪健康マージャン (13日(水)午前・午後)

定員16名
賭けない・飲まない・吸わない健康的な環境で
指先を使い、頭を働かせて脳を活性化させ、
コミュニケーションを楽しみませんか？



♪初心者健康マージャン (28日(木)午後)

定員8名 ※見学・自習大歓迎

※講師として教えて下さる方も募集しています！

大人気の健康マージャン

興味はあるけどしたことがない

そんな方はぜひお越しください(^)/
少人数で開催させていただきます！



上記の【♪】または【★】に関しては、申込みが必要となります。

4月1日(水)~24日(金)まで(申込み順になります)

定員になり次第、受付を終了いたします。(土・日・祝は除く)

警察官から聞く交通ルールの改正 (14日(木)午後)

令和8年4月に改正になった交通ルール

自転車も違反をすると青切符が切られます

警察の方から改正されたルールなどを聞いて、安心安全に利用しましょう！



健康講座・体操 (20日(水)午後)

講師の方に、健康についてのお話をさせていただくこと、プラス実際に体操も教えていただきます。

一人だとなかなか身体を動かさない方、皆さんと一緒に身体を動かしませんか？

お気軽にお越しください(*^^*)



※感染症拡大防止のため、37.5℃を超える発熱や体調不良の際は
ご参加を見合わせてください。

この事業は「赤い羽根 共同募金」の配分金で実施しています