

第5回「みんな違ってみんないい！」

「どうしたらいい？心が疲れた時、家から出られなくなった時」

日時：2月29日（土）14時～16時半 場所：佐竹台市民ホール

参加費：無料（珈琲または紅茶付）

申込み：不要 ※直接佐竹台市民ホールにお越しください



「このまちで育ってよかった」「このまちに住んでよかった」と思ってもらえるまちに…

作品・商品の
展示販売も
あります



共催：福祉委員会 協力：佐竹台連合自治会

【共催の社会福祉事業所】

- 「ブルーリボン」さん
毎週木曜日に「さたけん家」にてオリジナルカレーを提供。
コーヒー染めの作品やスイーツなどを展示・販売いたします。
- 「サフラン」さん
お弁当の販売をされています。手織り・手すき紙の作品の展示販売をいたします。
- 「グーチョキパン屋さん」
天然酵母・国産小麦の材料にこだわったパンの販売をいたします。
- 「CAFÉ kiraraさん」
佐井寺でカフェを営業しています。紙製品の雑貨、スイーツの展示販売をいたします。



●プログラム●

《学びの時間》14：00～15：00

「どうしたらいい？心が疲れた時、家から出られなくなった時」

のみぞ福祉会の西さんから、吹田市にどんなサポートや制度があるかを教えていただきます。
ひきこもり問題がクローズアップされる日本社会、うつ病になる割合は15人に1人と言われる日本において、心が疲れたり、ひきこもりになるきっかけは誰にでもあるのではないのでしょうか？
そんなときに誰に相談したらよいか、吹田市にはどんなサポートや制度があるのかを学びます。



《体験の時間》15：00～16：00

「こんなことしています！」活動と作品紹介

協力いただいている社会福祉法人の皆様の普段の活動の紹介や体験をしていただけます。
コーヒー紅茶などを準備いたしますので、各施設の活動を知って応援していただきたいと思います。
それぞれの施設では美味しいパンやスイーツ、かわいい＆素敵な雑貨などを作っておられます。
どのように作られているかを知り、気に入るものがあればご購入いただければと思います。



《ミニコンサート》16：00～16：30

「Crescendo (クレッシェンド)」さんのミニコンサート

毎年好評のミニコンサートです。みんなで盛り上がりましょう！



○同日開催：グーチョキパン屋さん「ヘビパンを作ろう！」

日時：2月29日（土）10時～12時 ※来られた順番に作ります。

定員：20名 対象：どなたでもOK 参加費：100円

申込み：先着順 ※☎にて予約も承ります。satakedai.s.p@gmail.com

竹にパンの生地をのばして巻いて炭火で焼きます。生地は国産小麦・天然酵母を使用しています。



シニア
高齢者向け

佐竹台では、健康維持のため、楽しい暮らしのために、100歳体操などを行っています。
ぜひお近くの会場に足をお運びください。



[100歳体操・スマイル体操・はつらつ体操]



- 市 佐竹台市民ホール 毎週火曜日14時～
- 1 府営第1集会所 毎週金曜日10時～
- 2 府営第2集会所 毎週日曜日15時～
- 0 OPH集会所 毎週水曜日13時30分～
- さ さたけん家 第2木曜日14時00分～

↑健康科学士のアドバイスが受けられます。
気軽に相談に来てください。

○ 相談日… 原則毎月第3火曜日（さたけん家）
地域包括センターさんが来てくれます。



体操スケジュール

週	月	火	水	木	金	土	日
1		市	○		1	○	2
2		市	○	さ	1		2
3		市	○		1		2
4		市	○		1		2

○ 写経教室…原則毎月第1土曜日（さたけん家）
お坊さんと写経と講話の時間を過ごします。

シニア
高齢者向け

子育て世代向け

「まちの保健室」のご案内

○ 毎月第3水曜日13～15時

今後の予定：2月19日・3月18日
場所：OPH千里佐竹台 大集会所

あかちゃんから高齢者までどなたでもお越しく下さい。
保健師・助産師・看護師に気軽に健康相談ができます。

健康相談

- ・血圧、体脂肪、握力測定
- ・生活習慣病予防
- ・介護相談など

子育て何でも相談

- ・妊娠、出産相談
 - ・身長、体重測定など
- お気軽にお越しく下さい



【問い合わせ先】公益社団法人 大阪府看護協会 地域包括ケア事業部
☎06-6964-5000（月～金9：00～17：00）

家族参加OK！
男の人対象

「男の蕎麦打ち教室」

参加者募集！毎月第2日曜日に開催しています。

日 時：2月9日(日)・3月8日(日) 15～16時(終了予定)

場 所：千里佐竹台住宅集会所（OPH3棟と5棟の間）

参加費：1,000円 お持ち帰りの蕎麦付（5人前）

持ち物：エプロン・三角巾（てぬぐいなど）
・持ち帰りタッパー

対 象：男性ならどなたでも 定員10名

【申込み方法】

☎にて申し込み…
090-3475-1638（中内）
※定員に達し次第終了。



蕎麦5人前のお土産付！

大 安 囉

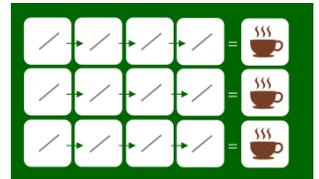
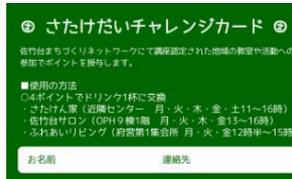


「チャレンジカード」を持ってGO！

佐竹台まちづくりネットワーク認定講座や
活動に参加で1ポイント付与。
4つ貯めると提携カフェでドリンクが
1杯無料で飲めます。



「チャレンジカード」のポイント対象講座です。
佐竹台小学校区在住の方に発行しています。



【提携カフェ】

さたけん家（佐竹台近隣センター内 月・火・木・金・土 11～16時）
ふれあいリビング（府営第1集会所 月・火・金 12時半～15時）
ふれあいリビング睦会（府営第2集会所 日・水 12時～14時）

よろずてったいさん

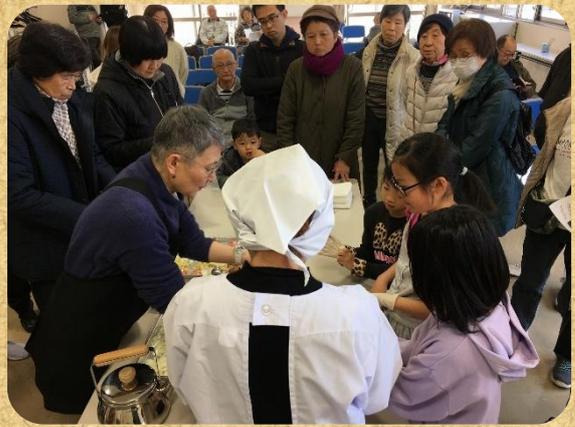
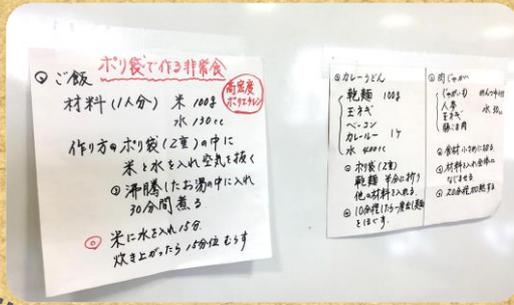
「こんなことお手伝いできます」コーナーです
「こんなことできるよ～」という方はご連絡ください。

スマホ・パソコンなどの
ITに関する相談受け付けます

スマホ、PC、Wifi、各種情報処理機器に関する選定、購入、設定、使い方、不具合・
トラブルなどの相談がある方は池上さんにご連絡ください。
池上さんはまちづくりネットワークのホームページの制作・管理をいただいています。
池上さん☎06-6834-2533

特技で人とつながろう！
きょう楽しい暮らしが
はじまるよ！

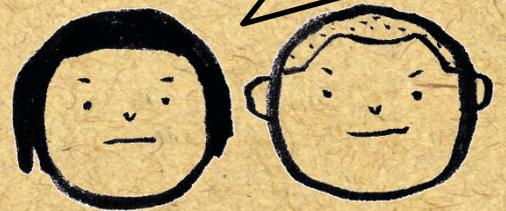




福祉委員会さんの協力を得て、ポリ袋で作る非常食を学びました。ポリ袋に入れて沸かしたお湯で作ります。この日は、ご飯、肉じゃが、カレーうどんを作りました。いつ災害が来るかはわかりません。備えを大切に!



年末年始も地域活動にご協力いただきましてありがとうございました。できる時にできる範囲でご協力ください。



28日は親子での参加もあり、拍子木を鳴らしながらパトロールを行いました。子どもたちにはご褒美のお土産も。どなたさまも参加できますので、皆様のご参加をお待ちしております。

12月28・29日年末パトロール



「佐竹台まちづくりネットワーク」のホームページができました→

<http://satakedai.e2.valueserver.jp/>



「まちネットメール」の登録をしませんか? 登録無料!

地域情報をみんなで共有し、楽しく活動し、「このまちで育ってよかった」「このまちに住んでよかった」と将来、こどもたちに思ってもらえるように「まちネットメール」の配信をはじめました。佐竹台小学校区にお住いの方であればどなたでも登録できますので、ぜひご登録ください。こちらのフォームから登録できます。フォームURL: <https://form.os7.biz/f/c1fae607/>



※迷惑メールを避けるための受信設定により配信ができないケースが発生しています。登録に際しては satakedainw@gmail.com からのメールが受信できることをご確認ください。登録後、1週間以内にまちネットメールからの受信がなければ、迷惑メールに振り分けられていないことをご確認ください。迷惑メールにも届いていない場合は、お手数ですが改めてその旨電話番号と共にメールにてご連絡ください。

この通信は、佐竹台まちづくりネットワーク(連合自治会、諸団体、協力団体)にて作成しております。自治会加入などのお問い合わせは佐竹台市民ホールまで、☎(06-6871-0101)または✉(satakedainw@gmail.com)にてお問合せください。この通信は佐竹台市民ホール・さたけん家にて配架しております。

バドミントン教室

日時：2月26日（水）19～21時

※19時に集合をお願いします

※小中学生は保護者同伴または同意が必要です。

場所：佐竹台小学校体育館

対象：佐竹台小学校区の方

参加費：無料

申込み：不要です（体育館にお越しください）

持ち物：ラケット（あれば）体育館シューズ、

動きやすい服装、タオルなど適宜

ラケットは体育振興会でも準備していますが、お持ちの方はご持参いただけると助かります。

初心者向けのクラブです。経験者の方は、ぜひコーチとしてご参加いただけると助かります。

スポーツリーダー

地域のスポーツの先生として、高校大学と経験者の伊藤さんが先生になってくださいます。バドミントン経験者の方がいらっしやいましたらご協力をお願いします。



保護者の方もぜひご参加ください！

POINT

初心者大歓迎！
お気軽にご参加ください。

フットサル教室

クリアドールフットサルクラブの元フットサル日本代表、元Fリーグ選手が直接指導する、1年生～6年生を対象にした体験教室を実施します。ご希望があれば大人向け教室の開催も検討させていただきます。 問合せ先：✉criador.esportes@gmail.com



日時：2月22日（土）13～15時（13時集合）

場所：佐竹台小学校体育館

対象：佐竹台小学校の小学生1～6年生

参加費：無料

申込み：不要です（直接体育館にお越しください）

持ち物：体育館シューズ、動きやすい服装

※タオル、水分補給用の水筒など適宜

お願い

受付と名札着用をお願い

体験教室に参加される場合は、受付をお願いいたします。学校開放と日程が重なる日は同じ場所で受付をしていますので、記載をお願いします。同伴の保護者様は防犯上、小学校で配られている名札の着用をお願いいたします。

特定非営利活動法人クリアドール エスポルテス

年齢・性別・経験を問わずスポーツを楽しみ、誰もが夢になれる場所を提供する、総合型地域スポーツクラブの運営を中心とした豊中市にある特定非営利活動法人です。千里ニュータウン保育園とのご縁でこの企画が生まれました。

佐竹台小学校学校体育施設開放委員会

佐竹台で活動している クラブチーム

佐竹台FC - サッカー -

日時：土曜日の午後、日曜日午前 場所：グラウンド

対象：幼稚園年長・低学年 参加費：1,500円/月額

問合せ先：090-7488-6932

osakasui3fc@hop.ocn.ne.jp（担当：山崎）



佐竹台ストロングアロー - 野球 -

日時：土曜・日曜・祝日 場所：グラウンド

対象：小学生 参加費：2,500円/月額

※詳細はこちら↓

<http://strongarrow.89dream.jp/>



佐竹台G・Gクラブ - グラウンドゴルフ -

日時：不定期・月10日程度 場所：グラウンド・公園

対象：大人の方 参加費：2,000円（年会費）

ねむの木公園：毎週火曜・金曜日 8時10分集合

佐竹台小学校：前月に日時を連絡



アミティファイターズ - ドッジボール -

日時：日曜日の10～17時

場所：体育館 対象：小学生

持ち物：体育館シューズ



エンジョイ - ソフトバレー -

日時：火曜日19時～21時 場所：体育館

対象：大人の方 持ち物：体育館シューズ



クリアドールエスポルテス - フットサル -

日時：月曜日18時～21時 場所：体育館

対象：小学生 持ち物：体育館シューズ

参加費：あり

問合せ先：090-9248-2358

criador.esportes@gmail.com



キューティーズ - スリータッチバレー -

日時：金曜日19時～21時 場所：体育館

対象：大人の方 持ち物：体育館シューズ



※参加希望野方は、各クラブチームの開催日の直接見学に行かれるか問合せをしてください。

Job café

ジョブ カフェ Vol.18

勉強の先を知る時間

いろんな世界を見てみよう、聞いてみよう！知って楽しいよ！

「パイロット」ってどんな仕事？ 関心のある人なら子どもも大人もどなたでも参加できます！

パイロットという仕事

講師：河村 洋朗（かわむら ひろあき）さん

日時：3月7日（土）

18～20時

※小学生は大人の送迎または同伴要

場 所：さたけん家

参加費：無料

申込み：メールにて受付（先着順受付）

satakedai.s.p@gmail.com まで

締 切：前日まで（満席になり次第受付終了）

※河村さんに聞いてみたいことがある方は、申込みの際にご連絡いただければ事前にお伝えいたします。

当日のスケジュール

18～19時：パイロットという仕事についての講演の時間

19～20時：参加者全員で軽食を取りながらの質疑応答の時間

※軽食のアレルギー対応はありません。ご了承ください。

講師プロフィール 河村 洋朗（かわむら ひろあき）さん

2001年より、国内航空会社にて勤務。国内・国際線パイロットとして、月約20日間フライトしている。

1999年 大阪市立大学 工学部卒業。メーカー(研究職)への就職を考えていたが、恩師との出会いにインスピレーションを得て進路変更し、パイロットを目指す。独立行政法人航空大学校を卒業後、現在勤務する航空会社に入社。

出身地は吹田市山田西。

現在は、休日に我が子と一緒に海やキャンプ場で遊ぶのが楽しみな、二児の小学生の父親でもある。

少年時代は、近所の友達と野球で遊んだり、竹やぶで基地作りをしたりして過ごす日々。西山田中学校でバスケット部に所属。その頃人気だったF1や鉄道に関心を持っていた中学時代。大阪府立山田高等学校ではハンドボール部に所属。マウンテンバイクいじりが楽しくなり、遠出や、箕面の山下りなどして遊んでいた。

こんな少年時代を
過ごした先生のお話を聞いてみよう！



講師
募集

ジョブカフェは、子どもたちに様々な仕事を知ってもらう場、子どもも大人も学びを楽しむ場です。仕事の話をしていただける方、ご紹介していただける方は上記メールまでご連絡をお願いします。尚、講師はボランティアですので謝礼はありませんが、地域の子どもの地域で育てるというコンセプトに共感していただければ嬉しいです。

リクエスト
募集

知りたい仕事、聞いてみたい仕事があれば上記メールまでご連絡ください。希望の仕事の方がお呼びできないこともあります。ご了承ください。



お申込み、お問合せはこちらまで。 satakedai.s.p@gmail.com



**青少年
対策
委員会**

佐竹台地区青少年対策委員会では、学習支援教室「さたけ教室」を運営しています。
大学生先生や高校生先生などが勉強を教えてくださいます。
各定員10名。小学生の部は若干名募集中。
中学生の部は満席のため要相談。
希望者には夕食を400円にて提供しています。



- 小学生の部：毎週金曜日16～18時 場所：佐竹台市民ホールにて実施
参加費：月額1,500円
- 中高生の部：毎週火・金曜日19～21時
場所：さたけん家／佐竹台市民ホール 参加費：月額3,500円

※教室の様子はこちらをご覧ください <https://www.facebook.com/yumenomiproject/>



さたけ教室

募集条件：高校受験レベルを教えることができること
謝金：2,000円（交通費込）+夕食付き
※小学生の部、中学生の部ともに同条件

毎週金曜日の18～20時にオープン。
子どもの居酒屋みたいで楽しそう。
子ども300円、中高生400円、おとな500円。
お手伝いしてくれる子どもは無料。
食材の寄付もありがたいです。



みんなの食堂

「みんなの食堂」の調理ボランティア募集！

学習支援の大学生講師募集中！

●こども食堂●
原則毎月第4土曜日

今回は2月22日（土）11時～

どなたでもご利用いただけます。
大人はカレーランチ+ドリンク=500円

お運びなどのお手伝いをしていただける大人スタッフ、子どもスタッフを募集しています。
小学生は3年生以下は基本的には保護者同伴でお願いします。（要相談）



「こども食堂」の調理ボランティア募集！



お問合せはこちらまで satakedai.s.p@gmail.com

おひさまルーム（プレミスト南千里）で子育て支援を行っています。お気軽にご参加ください。いずれも申込不要。



毎週木曜日は誰でもご利用いただけます。
保育士・幼稚園資格を持ったスタッフがお待ちしております。
日時：毎週木曜日14時半～16時半
対象：未就園児親子 / 費用：無料

2月は6・20・27日に行います。
身長・体重を測りに来てください。

身長計
体重計
あります



寒い季節はおひさまルームにGO!

子育て中のママのための
Mama café ママカフェ

15時頃からゆるりと
カフェタイムをします。
持ち物は不要ですので
お気軽にご参加ください。



↑
お問合せメルアド

●おひさまクラブ（子育てサークル）について●
未就学園児のお母さんが集まったら、平日の午後におひさま
ルームを使つてのサークル運営が可能です。
関心のある方はお問合せください。
☒ satakedai.s.p@gmail.com

お問合せは
こちら→

〇タイムリーなお知らせなどをホームページやフェイスブックでお届けしています



<http://satakenchi.com>



<http://satakenchi.com>

「さたけん家」 ☎06-6871-7557



info@satakenchi.com

さたけん家は水・日・祝月はお休みです。

女性応援プログラム「北摂文化教室」

教室を開いてみませんか？

特技を教えてくださいませんか？
あなたの教室のスタートを応援します。
詳細はお問合せください。



北摂文化教室のホームページ <http://hcc.satakenchi.com/>

北摂文化教室

「姿勢教室」

姿勢が変わると、生活全てに影響します！
それほど、姿勢は心と身体に深く関係しているのです。
お子さん、妊婦さん、高齢者など、どなた様でも気軽に健康相談にお越しください。

日時：2月18日・3月24日（火） 14時30分～16時
場所：おひさまルーム
参加費：無料 申込み・お問合せ：「姿勢ミラクル隊」
山根 順子・上野 和子（健康科学士）
☒ chiroru.tsuku2@gmail.com（山根）

社会貢献としての活動ですので、
無料で体験できます。
保育もしていただけますので、
お子さまとお気軽にお越しください。
気になる姿勢についてご相談できます(^-^)



学びの時間

「ちびっこ英語ひろば」Happy Hopper

歌や絵本、ゲームで英語に親しもう♪

日時：2月14日（金） 14時30分～15時30分
場所：おひさまルーム
定員：親子4組まで
参加費：おためしワンコイン♪500円
申込み・お問合せ：
難波田 展子（なんばたのぶこ）先生へ
nbk158nmbt311@gmail.com
090-9213-6586



北摂文化教室

花育・花楽体験教室

2月はバレンタインのアレンジメントです。
お子様から高齢者まで誰でもご参加いただけます。

日時：2月8日（土） 14時～15時30分
場所：さたけん家
定員：6名まで（未就学児は親子にて参加可）
参加費：1,000円 ※見学は無料です
申込み・お問合せ：
石田純子（花育士・フラワーセラピスト）
090-1967-1233
junko-ishi@ezweb.ne.jp



※講座の申込みは先生までお願いします。

コミュカをはぐくむ子ども英会話教室 「スマイルキッズイングリッシュ」

引っ込み思案な子、コミュニケーションが苦手な子も、英語をツールに心理学を応用した指導と丁寧な関わりで、成長をサポート。

日時：火曜日・木曜日
ファンクラス 16時15分～17時00分
レベルアップクラス 17時10分～18時05分

※水曜日にプライベートレッスンもあり。お問い合わせください

月謝：ファンクラス 5000円 レベルアップクラス 5500円 入会金：5000円



体験レッスンあり。

お問合せ・お申込み：難波田 展子先生へ
nbk158nmbt311@gmail.com 090-9213-6586

著者講演会
檻の中のライオン

みんなで楽しく憲法を学ぼう！



日時：2月16日（日） 10:00～12:30（9:30開場）

場所：府営住宅佐竹台第1集会所（吹田市佐竹台2-4-8）

参加費：1,500円（檻の中のライオンのクリアファイル付）

定員：50名 ※空きがあれば申込みがなくても当日参加可

申込み：facebookのイベントページ・メールにて

<https://www.facebook.com/events/2477263439259907/>
メール ecru.design@gmail.com（水木）



講師

椋（はんどう）大樹 先生

ひろしま市民法律事務所所長 弁護士
著書「檻の中のライオン」「おりとライオン」
全国で400回以上の講演。



著書「檻の中のライオン」は、2018年度から
中学校公民資料集に大きく掲載（正進社）！
進研模試に出題！ 小学校の授業にも採用続出！
学校図書館向け推薦図書。

「さたけん家」通信 vol.79

2020年1月25日 佐竹台スマイルプロジェクト実行委員会

★ 高齢者ふれあい交流サロン・多世代交流サロン ★

毎週火曜日14-16時

「ほっこりカフェ」 参加費無料!



緑茶

「緑茶」を飲みに来てください(無料です)

齢を重ねても地域で元気で暮らしていただくために、なるべく出かけていただきたいとの思いから、「さたけん家」では、65歳以上のシニアの方に無料で緑茶をお出しいたします。お気軽に足をお運びください。



お茶菓子を用意してお待ちしております。お1人での参加も大歓迎です!

● 地域包括センターさんのご相談日 (毎月第3火曜日) ●

日時: 2月18日(火) お昼頃~適宜

参加費: 無料 ※申込み不要

地域包括センターの職員さんが来られてご相談を受けます。些細なことでもお気軽にご相談ください。



● 写経カフェ ●

日時: 2月1日(土) 14~16時

参加費: 無料

※申込み不要。直接手ぶらでお越しください。お坊さんとほっとする時間を過ごしましょう。



● はつらつ体操と健康相談! ●

日時: 2月13日(木) 14~16時

毎月第2木曜日

専門家に相談できます!

参加費: 無料 ※申込み不要。

みんなで健康と体力維持に楽しく取り組みましょう! 健康科学士の上野和子先生が、体操のアドバイスや健康についての質問にこたえていただきながら身体を動かします。



2月22日(土) ※なくなり次第終了です。



グーチョキパン屋さんの販売

国産小麦・天然酵母・国産バターのパン。

※おすすめのパンが届きます。

2月は29日も販売します! ぜひご賞味ください!

北摂手作りの会

2・3月の常設展示コーナー

- * Porte Bonheur
インアリウム小物とリボン
- * たかぼ〜♪
フェイクスイーツ雑貨
- * nunokko
布小物



1DAYシェフ大募集!

料理が好き! いつかお店を出してみたい! と思っている方など、ぜひ1日シェフをお願いします!



さたけん家を支えてくれているメンバーさんもお仕事をされている方がほとんどです。地域コミュニティの場、こども支援の場となっている「さたけん家」を継続していくために、ぜひ力を貸していただければと思います。売上げの10%を光熱費としていただきますが、利益はお持ち帰りいただけます。ご自身の作品の販売もできます。詳細はお問合せください。

「さくらのしるし」ふれあいバザー♪

日時: 2月17日(月) 10~15時

(偶数月第3月曜日に開催しています)

「さくらのしるし」さんが、地域の猫の繁殖を防ぐため、去勢費用を捻出するためのバザーを2ヶ月に1度開催しています。

緑豊かな佐竹台で野良猫が増えていないのは「さくらのしるし」さんの活動によるところが大きいと思います。お立ち寄りいただければと思います。

