

体操 100歳体操・スマイル体操・はつらつ体操

- ・佐竹台市民ホール 毎週火曜日13時30分～
- ・府営第1集会所 毎週金曜日10時～
- ・府営第2集会所 毎週日曜日15時～
- ・OPH集会所 毎週水曜日13時30分

日々の運動で、元気な体を作りましょう。

ひろば de 体操♪ ぼだい池にGO! ※雨天中止

日 時：毎週木曜日 9時30分から(20分間程度)
場 所：佐竹(ぼだい池)公園ひろば
参加費：無料
対 象：どなたでもご参加いただけます
申込み：不要 直接お越し下さい

主催：佐竹台まちづくりネットワーク
協力：吹田市 佐竹台・高野台地域包括センター

てくてくウォーク 市民ホールにGO!

ご自宅から市民ホールまで歩いてお越し下さい。
チャレンジカードのポイントを押します。
(1日につき1ポイント)

※市民ホールの受付時間(10～17時:水曜日定休)のみポイント付与いたします。

チャレンジカードで健康維持!

まちネット認定講座で
チャレンジカードのポイントを集めよう!

対象：佐竹台在住の高齢者
※連合自治会またはまちネット会員対象となります。
交換場所：チャレンジカード表面のコミュニティカフェ

チャレンジカードは
市民ホールにて配布しています。

ママを笑顔にする ヨガ&ベビーマッサージ

保育士さん主催なので、
子育ての相談もしていただけます。

日 時：2月16日・3月15日(金)14時30分～16時
参加費：1,000円
申込み：「ブメ・ハナ」阿部奈緒美
☎090-2194-8759
✉naomi.9.25.9.10@gmail.com(阿部)

未就園児の遊びの場 おひさまひろば

空調・子どもトイレ完備、
クッションフロアのお部屋でのびのび遊べます。

日 時：2月8日・22日、3月14日・28日(木)
14時30分～16時30分
【第2・第4木曜日開催】
有資格者がスタッフとしてお待ちしております。

足型アートで作品を作ろう!

かわいい赤ちゃんの足形で作品作りをしましょう♪

特技や仕事のスキルを生かして実施していただいています。
ご協力いただける方はメールでお問い合わせください。

男の蕎麦打ち教室 ※主催：OPHそば同好会

日 時：2月11日・3月10日(日)15時～16時
【毎月第2日曜日開催】
場 所：OPH千里佐竹台集会所
参加費：1,000円
対 象：男性・ご家族など
持ち物：エプロン・三角巾・持ち帰りタッパー
申込み：☎090-3475-1638(中内)

まちの保健室

〈お知らせ〉
まちの保健室は、2024年4月より
会場を佐竹台市民ホールに
移して実施予定です。
あらためて
ご案内させていただきます。

スマホなんでも相談サロン

日 時：2月5日(月)・16日(金)・22日(木)
3月15日(金)・28日(木)
※13時～14時の間にお越し下さい
申込み：不要 直接お越し下さい

場 所：月・金 さたけん家 / 火・木 佐竹台市民ホール
参加費：無料 講 師：池上透さん
対 象：佐竹台小学校区在住の方
○お困りの方、もっと活用したい方、新たに使ってみたい方、
もっと経費を抑えたい方、ご相談をお受けします。
※最新情報は「まちネット通信」「佐竹台まちづくりネットワークHP」でご確認ください

パソコン無料点検、無料相談 ※要予約:06-6369-7621(難波田)まで

日 時：2月8日・3月14日(木) 13～16時 【毎月第2木曜日開催】
場 所：さたけん家
参加費：無料 対 象：どなたでも

○1回30分程度の点検・相談に応じます。
動作が遅い、修理や買い換え、その他ちょっとした
疑問等、パソコンに関する事なら何でもどうぞ。

コミュニティカフェ **さたけん家** さたけん家 HP →

ふれあい交流サロン (吹田市補助事業)

ほっこりカフェ

日 時：毎週火曜日 13～16時
参加費：無料 緑茶・お菓子付き

おでかけごはん

日 時：毎週土曜日
対 象：高齢者対象
参加費：300円
※予約不要・なくなり次第終了
協力：佐竹台地区連合自治会

ランチ半額 300円

健康科学士さんによる「健康相談」

日 時：2月13日(火)、15(木)、20日(火)
3月12日(火)、14日(木)、26日(火)14時～16時
参加費：無料 申込み：✉shisei.mk@gmail.com(上野)
健康科学士のアドバイスが受けられます。
歩き方や姿勢チェックが受けられます。気兼ねなく相談にお越し下さい。

姿勢チェックを
してみませんか?

地域包括支援センターさんの出張相談

日 時：2月20日・3月19日(火)13時から 【毎月第3火曜日】
参加費：無料 申込み：不要 直接お越し下さい

介護サービスの手続きを知りたい、親の物忘れが気になりはじめた、親が入院中、
一人暮らしなので、退院後の生活が心配、など、暮らしの困りごとを相談できます。

こんな時
は...

Community Shop・Classroom

グーチョキパン屋さんの販売

日 時：2月17日・3月23日(土)
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。
素材にこだわったパンをぜひご賞味ください!

北摂手作りの会作品販売

【3月・4月販売】

- リクトレオン工房 布小物(バッグ、ポーチ等)
- Porte Bonheur ボールペン、キーホルダー、ヘアゴム
- m*note 編み物雑貨(ブローチ、ポットカバー等)

花楽・花育体験教室

日 時：2月10日・3月9日(土)14～16時 【毎月第2土曜日】
参加費：1,000円 ※見学は無料
申込み：石田先生 ☎090-1967-1233 ✉junko-ishi@ezweb.ne.jp

公式LINE登録のお願い

行事案内などのタイムリーな情報は
公式LINEで発信してまいります。
ぜひご登録を右記のQRコードからお願いします。

まちづくりメンバー「おとな子ども部」大募集!

今の時代にあった新しいまちづくりに関わっていただける方を
募集しています。既婚、独身、学生、社会人に関わらず、町の仕組みを
考えてみたい方を大募集! 「おとな子ども部」へのご登録はこちら →