

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。



みんなの食堂

協力：さたけん家

日時：毎週金曜日18時～20時
対象：さたけ教室・自習室利用の小中高生と保護者
会場：さたけん家
利用料：こども200円、おとな400円
予約不要、売り切れ次第終了。



こども食堂

協力：さたけん家

日時：毎月第4土曜日11時～
対象：小中高生
会場：さたけん家
利用料：こども100円
予約不要、なくなり次第終了。



お問い合わせ



**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：3月15日・4月19日(金)14時30分～16時
参加費：1,000円
申込み：「フメ・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**

有資格者が
スタッフとして
お待ちしております。

日時：3月14日、4月11日・25日(木)
14時30分～16時30分

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。



さたけん家 HP→



コミュニティカフェ **さたけん家**

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



健康科学士さんによる「健康相談」

日時：3月12日(火)、14日(木)、26日(火)
4月9日(火)、11日(木)、16日(火)14時～16時※木曜日は要予約
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：3月19日・4月16日(火)13時から【毎月第3火曜日】
参加費：無料 申込み：不要 直接お越しください

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...



地域プログラム

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。

スマホなんでも相談サロン

日時：3月15日(金)・28日(木)
4月1日(月)・9日(火)・19日(金)・25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：佐竹台小学校学区在住の方
〇お困りの方、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：3月14日・4月11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

〇1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。



男の蕎麦打ち教室 ※主催：OPHそば同好会

日時：3月10日・4月14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)



サッカー体験イベント ※事前申込必要

協力：吹三FC ●佐竹台地区体育振興会主催
日時：3月24日(日)9時30分～10時30分
場所：佐竹台小学校グラウンド
対象：未就学児(年中・年長)小学1・2年生
参加費：無料
持ち物：水筒、タオル、あればボール
服装：動きやすい服、運動靴



※雨天およびグラウンドコンディション不良の場合は中止。当日の中止、延期については、ホームページをご確認ください

- 当日参加も可能
- 担当：山崎 090-7488-6932

申込方法 LINEまたはメールに
以下を記入し送信してください

- ①名前
- ②学年
- ③電話番号
- ④参加日 3月24日
- ⑤場所 佐竹台小学校と記入
- ✉ osakasui3fc@hop.ocn.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。



Community Shop・Classroom

グーチョキパン屋さんの販売

日時：3月23日・4月27日(土)
【毎月第4土曜日】
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!



花楽・花育体験教室

日時：3月16日・4月20日(土)14～16時
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



北摂手作りの会作品販売

- 【3月・4月販売】
- リキトレオン工房
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)



ランチ・カフェ営業

営業時間：月・火・木・金・土(水・日・祝はお休み)

ランチ600円、ドリンク200円、ケーキ120円
※ランチ後のドリンクは100円です。

1階：テーブル席16席
2階：テーブル席16席、和室4席