

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～



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
※連合自治会員、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：子ども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：子ども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：7月26日、8月30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：7月11日、25日(木)、8月はお休み
14時30分～16時30分
【第2・4木曜日】



空調・子ども用トイレ完備、クッションフロアのお部屋でのびのび遊べます。

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：7月1日(月)、9日(火)、19日(金)、25日(木)
8月5日(月)、22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：7月11日、8月8日(木) 13時～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。



男の蕎麦打ち教室 ※主催：OPHそば同好会

日時：7月14日、8月11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)



「ベルマーク」を市民ホールで集めています

「佐竹台市民ホール」はベルマークの取
集場所に登録しています。集めていた
だき、お届けいただけますと幸いです。
※佐竹台小学校でも集めています。



ベルマークキャラクター

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。ぜひ登録
をお願いします。



ご登録はこちら→

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!



ご登録はこちら→

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：7月9日(火)、11日(木)、16日(火)
8月6日(火)、8日(木)、20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：7月16日、8月20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...



Community Shop・Classroom

グーチョキパン屋さんの販売

日時：7月27日、8月24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：7月13日、8月10日(土)14時～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



北摂手作りの会作品販売

- 【7月・8月販売】
- きら☆きら
手編みビーズ細工雑貨
- ハンドメイドキャンドル協会
手作りキャンドル
- Happy clover*
かぎ針小物



ランチ・カフェ営業 営業日：月・火・木・金・土(水・日・祝、8/10～18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