



シニア・高齢者向けプログラム

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。



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SOS スマホをもっと暮らしに役立てよう! 日常的なヘルプデスクとして気軽にご利用ください

日 時：ご連絡いただいでご都合のよい日時に行います(要調整)
連絡先：電話 06-6834-2533
SMS 070-2808-7468 ショートメッセージ/電話も可
メール ikegamitohru@gmail.com
場 所：佐竹台市民ホール、またはさたけん家
相談費：無料

講 師：池上透さん
対 象：佐竹台小学校区在住の方

○チラシが佐竹台市民ホールならびにさたけん家に置いてあります。
○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。



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：6月12日、7月10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。



「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」はベルマークの収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

ポリフィット登録案内

公式LINEから
ポリフィットに移行します。
登録をお願いいたします。

- ① 右のQRコードを読み取ります。
- ② Googleアカウントまたはメールアドレスで登録を選んでください。
- ③ 新規登録フォームに入力すると、ご登録いただいたアドレスに
認証メールが送信されます。
- ④ 認証URLからログインし、氏名、性別、年代を入力します。
校区を選択、連絡先の入力し登録終了です。

登録はこちら▼



子どもの居場所&子育て支援

佐竹台地区青少年対策委員会

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校生と保護者
会 場：さたけん家
利用料：子ども200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：小中高校生
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



未就園児お子さん、親御さん対象 ほっこりしに来てください ゆめのみひろば

ほっこりしに来てください
お待ちしております。
イベントも開催中!

日 時：月・火・木・金の10時～16時
参加費：無料 会 場：さたけん家2階
申込み：不要 ☎06-6871-7557
✉yumenomi2025@outlook.jp



ママを笑顔にする ベビーマッサージ&ヨガ

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：6月13日(金)10時30分～12時(さたけんち)
6月20日(金)14時30分～16時(おひさまルーム)
参加費：500円 申込み：「ブメ・ハナ」阿部先生&堀本先生
☎090-2194-8759 ☎ckfmt508@yahoo.co.jp



コミュニティカフェ さたけん家

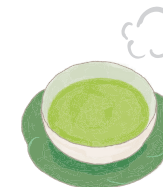
さたけん家 HP→



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



健康科学士さんによる「健康相談」

日 時：6月10日(火)、12日(木)、17日(火)、
7月8日(火)、10日(木)、15日(火)14時～16時※木曜日は要予約
【毎月第2火曜・木曜日、第3火曜】
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?



こんな時
は...



地域包括支援センターさんの出張相談

日 時：6月17日、7月15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。

Community Shop・Classroom

北摂手作りの会作品販売

【6・7月販売】

- ☐ nunokko キッズアクセサリー、布小物
- ☐ Wako♡Wakko リボン雑貨とアロマ
- ☐ Porte Bonheur リボン雑貨、コースター、ジュートバッグ



グーチョコキパン屋さんの販売

日 時：6月27日、7月25日(金)15時より販売
売り切れ次第終了。予約受付ます。
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：6月21日、7月19日(土)14時～16時
【毎月第3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



ランチ・カフェ 営業 営業日：月・火・木・金・土
(水・日はお休み)

ランチ600円、ドリンク200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