

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。



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。



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
申込み:不要 直接お越し下さい

7月9日～9月3日まで夏休み。再開は9月10日です。

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

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
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



未就園児お子さん、親御さん対象 ほっこりに来てください
お待ちしております。
イベントも開催中!

ゆめのみひろば

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:7月は【第1、第2金曜】、8月はお休み
10時30分～12時
参加費:500円 会場:おひさまルーム
申込み:「プメ・ハナ」阿部先生&堀本先生 ✉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:65歳以上対象
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:【毎月第2、第3火曜】14時～16時
【毎月第1木曜】は「まちの保健室」でも行っています
(表面参照)。
参加費:無料 申込み:不要 直接お越しください
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:【毎月第3火曜日】13時から
参加費:無料 申込み:不要 直接お越しください
【毎月第1木曜日】は「まちの保健室」でも相談できます(表面参照)。
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 ikagamitohru@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、新たに使用してみたい方、
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:080-2165-1273(難波田)まで

日時:【毎月第2木曜日開催】13時～16時
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。



ポリフィット登録案内

地域の連絡ツール「ポリフィット」のご登録をおねがいします



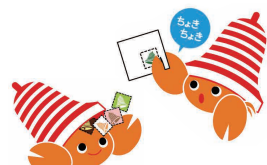
登録はじちから

- 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。

「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



Community Shop・Classroom

北摂手作りの会作品販売

【6月・7月販売】

- nunokko/大人用の手提げ鞆、キッズ向け布小物
- 癒し作家Wako♡Wakko リボン雑貨
- Porte Bonheur リボン雑貨、ジュートバッグ



【8月・9月販売】

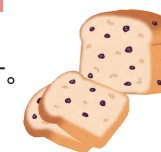
- きら☆きら 手編みビーズ雑貨
- ハンドメイドキャンドル協会 キャンドルホルダー
- Happy clover* ヘアクリップ、アニマルポーチ



グーチョキパン屋さんの販売

日時:【毎月第4金曜日】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:【毎月第3土曜日】14時～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



ランチ・カフェ 営業日:月・火・木・金・土(水・日・祝日はお休み)
営業 8月は11日(火)の祝日から16日(日)までお休み

ランチ600円、ドリンク200円 1階:テーブル席16席
※ランチ後のドリンクは100円です。