



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
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：ご連絡いただいて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: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。



「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。



ウェブベルマーク
ご協力
お願いします!

Yahoo! ショッピング・ベルメゾン・じゃらん など、200以上の
ネットショップで、ベルマークをゲットできます!
いつものネットショッピングが学校支援に!

「佐竹台市民ホール」をマイページ登録 ▶ 佐竹台小学校を支援できます!



登録無料
簡単!

ウェブベルマーク 登録 検索
URL <https://www.webbellmark.jp/>
問い合わせ information@webbellmark.jp

- ① スマホからメールアドレスとパスワードだけで簡単登録
▶ 住所や生年月日の登録は不要
- ② 学校ではなく公民館を選択し、「佐竹台市民ホール」を選んで登録完了
▶ 選択した学校のベルマーク預金に、毎月自動加算
- ③ 後は、いつものように欲しいものをお買い物するだけ
▶ ウェブベルマーク経由なら、Vポイント等のショップポイントもベルマークも
両方もらえる
▶ 協賛ショップで買える商品・サービスはすべて対象なのでベルマーク付商品
を探さなくてもOK

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：こども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：こども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：10月23日、11月6日・13日、12月4日・11日(金)
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

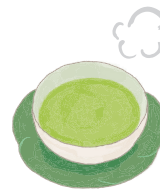
さたけん家 HP→



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
(表紙参照)。

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(表紙参照)。
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...



Community Shop・Classroom

北摂手作りの会作品販売

【10月・11月販売】

- ☐ てるてるうさぎ
布バック、ポーチなどの小物
- ☐ JASMINE SWEETS
フェイクスイーツ雑貨
- ☐ ミルフィーユドゥ ラパン
オリジナル柄の布雑貨

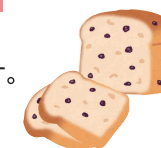
【12月・1月販売】

- ☐ m*note
編み物、ラタン雑貨
- ☐ nunokko
布小物、キッズアクセサリ
- ☐ Porte Bonheur
しめ縄、リボン雑貨



グーチョキパン屋さんの販売

日 時：【毎月第4月曜日】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	営業日：月・火・木・金・土(水・日・祝日はお休み) 12月27日(日)～1月6日(水)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