

「このまちで育ってよかった」「このまちに住んでよかった」と思ってもらえるまちに…

## たまいれ運動会開催! 参加グループ大募集

主催：佐竹台まちづくりネットワーク



日時：12月5日(土) 11~16時(予定) ※雨天決行

11時~シニア(50才以上)の部、13時から一般の部(49才以下)

場所：佐竹台小学校体育館

対象：佐竹台小学校区在住の方

参加費：無料

参加賞あり!

### 〈申込み条件〉

#### シニアチーム

条件：全員が50歳以上

1チーム5名でお申し込みください

#### 一般チーム

条件：未就学児、小学生~大学生、大人(何歳でもOKです)など  
年齢が同じでも混ざっても構いません。

### 〈申込み方法〉

申し込み方法① Googleフォーム→

申し込み方法② 佐竹台市民ホール

※所定の書類にご記入ください。

締め切り 11月19日(木)



**開催について**  
申し込み者全員に参加していただく予定です。参加希望が多い場合は合同チームとなる場合もありますのでご了承ください。出場時間はコロナ対策のため、時間制で行う予定です。11月28日までにメールにて連絡をさせていただきます。連絡がない場合は、問合せメールまたは市民ホールにお電話をお願いします。

※お問い合わせはこちら→ 06-6871-0101 (佐竹台市民ホール) [satakedai.s.p@gmail.com](mailto:satakedai.s.p@gmail.com)



11月21日（土）9：30～

11月21日（土）13：00～

## 「グランドゴルフ体験会」

日 時：11月21日（土曜日）9：30～11：30  
参加費：無料  
場 所：佐竹台小学校グランド  
対 象：大人

※服装・持ち物：動きやすい服装、靴、水筒、タオル、あればクラブ

体育振興会主催行事



## 「フットサル教室」

日 時：11月21日（土曜日）13：00～15：00  
参加費：無料  
場 所：佐竹台小学校体育館  
対 象：小学生

※服装・持ち物：体操服、体育館シューズ、水筒、タオル

元フットサル日本代表など  
専門家が教えてくれます。



佐竹台小学校学校  
体育施設開放運営委員会主催  
スポーツ教室

# みんなで体を動かそう！

佐竹台地区体育振興会

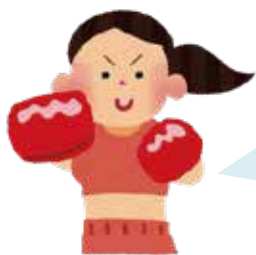
《 参加希望の方は、当日直接会場にお越し下さい 》

## 「キック☆ボクササイズ教室」

日 時：11月21日（土曜日）18：30～20：00  
参加費：無料  
場 所：佐竹台小学校体育館  
対 象：高校生以上、大人

※服装・持ち物：動きやすい服装、体育館シューズ、水筒、タオル

運動不足の解消、ダイエットに！  
スパーリング練習（打ち合い）はありません



佐竹台小学校学校  
体育施設開放運営委員会主催  
スポーツ教室

## 「ヨガ教室」

日 時：11月24日（火曜日）19：00～20：30  
参加費：無料  
場 所：佐竹台小学校体育館  
対 象：小学生～大人まで

※服装・持ち物：動きやすい服装、体育館シューズ、水筒、タオル、あればヨガマット

運動が苦手な方でも大丈夫！カラダも心もほぐしたい  
派手なポーズはありません、からだにやさしいリラックスヨガです

佐竹台小学校学校  
体育施設開放運営  
委員会主催  
スポーツ教室



11月21日（土）18：30～

11月24日（火）19：00～



シニアのためのIT教室

日時：11月16日（月）14時～16時  
 場所：さたけん家  
 講師：池上透さん  
 対象：佐竹台小学校区在住の60才以上の方を優先  
 定員：5名  
 参加費：無料（ドリンク・お菓子は実費）  
 申込み：佐竹台市民ホール ☎06-6871-0101



※見学はお申込みなしでお願いいたします  
 ※主催：佐竹台まちづくりネットワーク

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14時～
- ・府宮第1集会所 毎週金曜日10時～
- ・府宮第2集会所 毎週日曜日15時～
- ・OPH集会所 毎週水曜日13時30分～



写経カフェ

日時：11月7日（土）14時～16時  
 場所：さたけん家  
 参加費：無料（ドリンク・お菓子は実費）  
 申込み：不要 直接お越しください



毎月第1土曜開催

座ってできる体操と健康相談

日時：11月12日（木）  
 14時～16時  
 場所：さたけん家  
 参加費：無料

※健康科学士のアドバイスが受けられます。



ほっこりカフェ

日時：毎週火曜日  
 場所：さたけん家  
 参加費：無料  
 申込み：不要 直接お越しください

毎週火曜開催

緑茶を飲みにきてください。  
 お茶菓子を用意してお待ちしております。



男のそば打ち教室

毎月第2日曜開催

同好会会員募集中

日時：11月8日（日）15～16時  
 場所：OPH千里佐竹台大集会所  
 参加費：1,000円  
 持ち物：エプロン・三角巾・持ち帰りタッパー  
 対象：男性・ご家族など ※申込み締切りは5日  
 申込み：☎090-3475-1638（中内）



※主催：OPHそば同好会



花楽・花楽体験教室

日時：11月14日（土）14～16時  
 場所：さたけん家  
 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



※お花のアレンジをつくります  
 材料費込みのお得な教室です。



姿勢教室

日時：11月17日（火）14時30分～16時  
 場所：おひさまルーム  
 参加費：無料  
 申込み：山根 順子・上野 和子（健康科学士）  
 ☎ chiroru.tsuku2@gmail.com（山根）



原則毎月第3火曜開催

ママのためのヨガ&ベビーマッサージ教室

日時：11月27日（金）14時半～16時  
 場所：おひさまルーム  
 参加費：1,000円  
 申込み：「ブメ・ハナ」堀本美子・阿部奈緒美  
 申込み：☎090-2194-8759 ☎ ckfmt508@yahoo.co.jp（阿部）



保育士さん主催

おひさまひろば(主催青少年対策委員会)

日時：11月12・19・26日（木）14時30分～16時30分  
 場所：おひさまルーム（プレミスト南千里）  
 参加費：無料  
 対象：未就園児親子

※誰でもご利用いただけます。

保育士・幼稚園資格を持ったスタッフがお待ちしております。



身長計  
 体重計  
 あります

「まちの保健室」のご案内

日時：11月18日（水）13～15時  
 場所：OPH千里佐竹台 大集会所  
 参加費：無料

【問い合わせ先】公益社団法人  
 大阪府看護協会 地域包括ケア事業部  
 ☎06-6964-5000  
 （月～金9：00～17：00）

健康相談

- ・血圧、体脂肪、握力測定
- ・生活習慣病予防
- ・介護相談など

子育て何でも相談

- ・妊娠、出産相談
  - ・身長、体重測定など
- お気軽にお越しください



あかちゃんから高齢者まで  
 どなたでもお越しください。  
 保健師・助産師・看護師に  
 気軽に健康相談ができます。

# コミュニティビジネス

11月28日(土) ※なくなり次第終了です

## グーチョキパン屋さんの販売

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。  
ぜひご賞味ください!

場所：さたけん家



※廃油石鹸を販売しています!



## 北摂手作りの会作品販売

場所：さたけん家

- churros \*  
スクラップブック
- scrap fun!!  
ピンクッション、三連プレスレット
- Arbre & Plume  
食器、雑貨

手作りマスクの販売をしています。  
おとなサイズ、子どもサイズそろえています。



## コミュカをはぐくむ子ども英会話教室 「スマイルキッズイングリッシュ」

引っ込み思案な子、コミュニケーションが苦手な子も、英語をツールに心理学を応用した指導と丁寧な関わりで、成長をサポート。

日時：火・水・木曜日：グループレッスン、プライベートレッスン 16時10分～、17時00分～、18時00分～

場所：さたけん家

月謝：5000円～

入会金：5000円



お問合せ・お申込み：難波田 展子先生へ

smilekidsenglish333@gmail.com 090-9213-6586

体験レッスンあり

さたけん家HP



# コミュニティ活動

みなさまのご協力をお願いします



## こども食堂

主催：佐竹台地区青少年対策委員会

原則毎月第4土曜日 さたけん家にて

カレー屋さんをするよ

11月28日(土) 11時～13時頃

場所はさたけん家にて運営しています。  
どなたでもご利用いただけます。

中学生以下は100円

大人はカレーランチ+ドリンク=500円

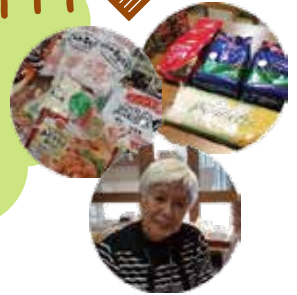


## 食材のご寄付

いつもありがとうございます!

学習支援、子ども食堂などで  
使わせていただいています!

食べきれない食材などありましたら  
「さたけん家」にご寄付ください!



## 佐竹台まちづくりネットワーク 「部活動」部員募集!

募集中!

### ● 「おとな子ども部」

対象：小中学生の保護者のみなさん  
子どもたちに「今しかできない体験」「ひとりではできない体験」  
「お金では買えない体験」というGIFTを!

### ● 「おとなボランティア部」

対象：どなたでも  
「みんなの食堂」の調理ボランティアさん、「青色パトロール」の  
ドライバーさんなど、地域には様々な仕事があります。

### ● 「まちづくり部」

対象：高校生・大学生・20～40代までの若者世代  
まちづくりに関心のある方、地域の課題解決やプログラムの  
企画実施をしてみたい方を募集しています。

「やらなきゃいけない」から「やりたいことをやる!」活動をしていきます!手を挙げてくれる方が集まってきていますので、イベントの際はぜひご参加ください!12月は「たまいい運動会」、来年はJOBCAFEを開催予定です。



「部活動」への登録はGoogleフォームへ↓

登録すると…?

登録いただけると、企画情報などをお知らせします。  
お気軽にご登録ください。



「佐竹台まちづくりネットワーク」のホームページ→ <http://satakedai.e2.valueserver.jp/>

佐竹台の情報が得られます。まちネット通信のバックナンバーもご覧いただけます。

