

S ETTSU 10月号

広報せつ

2025.10.1 (No.896)



- 大阪・関西万博
摂津市の魅力を世界に発信
- Re:Settsu 景観を未来へ
- おひとりさまでも、ひとりじゃない。
～高齢者のひとり暮らしを支える安心サポート～
- 国立健康・栄養研究所 × 摂津市
「フレイル」って知っていますか？
～元気で健康に過ごすために～

体育館に響く魂の音色

舞太鼓あすか組の迫力に
子どもたちが熱狂

9月9日(火)、鳥飼東小学校の体育館で、舞太鼓あすか組が迫力満点の和太鼓演奏を披露しました。令和8年に統合予定の鳥飼小学校と鳥飼東小学校の児童297人が、力強い音色と熱気あふれるパフォーマンスを一緒に鑑賞し、会場全体が感動に包まれました。

今回の公演は、両校の児童が交流を深める貴重な機会となり、統合に向けた心の交流を育む素晴らしい時間となりました。



問合せ 学校教育課へ

大阪の市町村が集結

移住・定住イベントで
市の魅力を発信

市は8月14日(休)、ららぽーとEXPOCITYで開催された「移住・定住フェア2025」に参加しました。

イベントには大阪府内から22の自治体が集まり、それぞれの魅力を発信。特にご当地キャラたちがステージに勢ぞろいする企画は好評で、会場は多くの来場者で賑わいました。

摂津市からは、マスコットキャラクター「セツピイ」が元気いっぱいに登場。ブースでも「セツピイグッズ」の販売や話題の「セツピイガチャ」などを展開し、市の魅力をPRしました。



問合せ 広報課へ

小学3年生枠を追加

摂津ふれあいマラソン
大会出場者募集



市HP



ランネットHP

来年2月8日(日)に、淀川河川公園鳥飼西地区で恒例の摂津ふれあいマラソン大会を開催します。

ふるつてご参加ください。

費用 ▽一般・壮年 1,300円 ▽高校生 1,100円 ▽小・中学生、親子チャレンジラン 500円

申込み 10月14日(火)～11月23日(日)・ランネットHP(上記QR)から・先着

問合せ 同マラソン大会エントリーセンター ☎079(420)6663へ

【女子】

種目	部門
2km	小学3～5年生
3km	小学6年生、中学生
5km	一般・高校生
10km	一般・高校生

【親子チャレンジラン】

1km	未就学児～小学生と保護者(2人1組)
-----	--------------------

【男子】

種目	部門
2km	小学3～5年生
3km	小学6年生、中学1年生
5km	中学2・3年生、一般・高校生、壮年(50歳以上)
10km	一般・高校生、壮年(50歳以上)

いつまでもお元気で

長寿祝い
嶋野市長が訪問

市では毎年、9月の敬老月間に合わせ、年度内に88歳、99歳、100歳以上になる人に祝品を贈呈しています。今年も42人もの市民が100歳以上を迎えました。

嶋野浩一朗市長が9月12日(金)に、102歳の谷口七重さんがいる施設を訪問し、長寿をお祝いしました。

谷口さんに長寿の秘訣を尋ねると、「毎日、規則正しい生活を送り、好



食材次第でどんな料理も作れる料理の達人だったという谷口さん(写真左)

き嫌いを言わず何でも食べること」と笑顔で答えてくれました。

問合せ 高齢介護課へ



市の魅力をシェア

「摂津のすてき」を発見 せつつフォトコンテスト

市内外の人々が参加できる「せつつフォトコンテスト2025」を開催します。

今年のテーマは「みいつけたー摂津のすてきな〇〇ー」です。受賞者には、広報紙への写真掲載やQUOカード、特産品セットなど豪華賞品を贈呈。プロ・アマ問わず参加可能です。

期間 11月11日(火)まで

応募方法 市公式インスタグラムから

詳細はこちら



賞品 ▽最優秀賞1人 ▽広報紙表紙掲載、QUOカード2万円分と1万円相当の特産品セット ▽優秀賞2人 ▽QUOカード1万円分と8千円相当の特産品セットなど

受賞内定通知 11月下旬(予定)

問合せ 広報課へ



夢と希望の感動花火

「万博夜空がアートになる日」開催決定!!

万博記念公園(吹田市)で「第4回万博夜空がアートになる日2025」が開催されます。音楽と完全シンクロする花火、北摂文化を彩る演出、さらにドローンアートを融合させた、唯一無二の「秋のプレミアム花火体験」です。

秋の夜長にぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。

日時 11月22日(土)午後7時

詳細はこちら



時から※イベント会場は正午からオープン

場所 万博記念公園もみじ川芝生広場

席数 最大2万8千席(全席有料/指定)

申込み 左記QRから

問合せ 万博花火プロジェクト実行委員会 ☎06(63556)0866へ



国勢調査を装った「かたり調査」にご注意を!

調査員がクレジットカードの暗証番号などを聞いたりすることは絶対にありません。不審に思ったときは、総務課統計係へ

詳細はこちら



10月8日(水)までに、簡単で便利なインターネットでの回答をお願いします。(郵送、調査員回収も可能)

※期日までに回答が確認できない場合は、調査員が改めて訪問します

問合せ 総務課統計係へ



国勢調査は、日本に住むすべての人(外国人の方も含む)が対象となる、5年に一度の最も重要な統計調査です。

9月20日(土)以降、調査員が各世帯を訪問し、「国勢調査のお願い」と書かれた「調査書類収納封筒(左画像参照)」を配布しています。

5年に1度の全国一斉調査

国勢調査の回答は **10月8日(水)まで** 簡単・便利なインターネット回答を

インターネットでの回答が簡単・便利です

スマホから簡単ログイン

「インターネット回答依頼書」のログイン用QRコードから簡単にログインできます



24時間回答できる!

スマホ・タブレット・パソコンからいつでも回答できます



利用者から好評!

前回の調査ではインターネット回答した人の98%が「次回もインターネットで」と答えています

98%

7/30
水

EMO-1グランプリ

英語漫才の祭典「EMO-1 グランプリ」に、第三中学校の生徒が出場しました。

校内予選を見事勝ち抜いた2年生2人の生徒が、学校を代表して本選の舞台に立ちました。残念ながら優勝は逃したものの、彼らは日々の練習の成果を存分に発揮し、流暢な英語とユニークな表現で観客を笑わせ、会場を大いに盛り上げました。英語を使って、言葉の壁を越えて観客と心を通わせる生徒たちの姿は、自信に満ち溢れ、とても輝いていました。

7/30
水ものづくりを体験しよう！
「オープンファクトリー」の世界

摂津市内のものづくり企業が中心となり、キーホルダー作りとイライラ棒体験を実施しました。参加者は「産業のまち」としての技術力を体感するとともに、自分だけのお土産を作ることを楽しんでいました。なお、10月7日(火)に大阪・関西万博で、11月29日(土)に摂津市内で、オープンファクトリーが開催される予定です。

9/14
日摂津音楽祭受賞者による
「いっしょに、聴こな！音楽会」

摂津音楽祭の受賞者であるフルート奏者・古山穂香さんとオーボエ奏者・大河真矢さんが出演する「いっしょに、聴こな！音楽会」を開催しました。

フルート四重奏では、古山穂香さん、原田絵梨さん、今井怜央菜さん、小林里穂さんが美しい演奏を披露しました。また、オーボエ演奏では、大河真矢さん（オーボエ）と藤井夢音さん（ピアノ）が共演し、素晴らしい音楽を届けてくれました。

来場者は、それぞれの楽器が織りなす豊かなハーモニーを堪能し、才能あふれる演奏家たちのパフォーマンスによる深い感動に包まれていました。



摂津市の魅力を世界に発信

大阪・関西万博にて、摂津市はさまざまなイベントブースに出展しました。この特別な舞台上で、摂津市が誇る伝統や文化、そして未来に向けた取り組みを世界中の人々に発信し、来場者に、五感を通して摂津市の魅力を体験し、新たな発見や感動を味わっていただきました。

摂津市から未来へつなぐレガシー 伝統的工芸品『大阪欄間』名産品『銘木』を体感!

5/17

⊕



「産業のまち」摂津の「大阪欄間」と「銘木」を体感できるイベントを開催し、多くの人々が参加しました。会場では、美しい大阪欄間の展示や迫力ある銘木の鑑賞に加え、木彫り体験や箸作り体験にも多くの人々が参加。摂津市が誇る伝統の奥深さや、ものづくりの楽しさを感じていただきました。シティブロモーションブースも賑わい、盛況なイベントとなり、摂津市の貴重なレガシーを体験していただけた特別な一日となりました。



7/28

⊕

なにわの伝統野菜「鳥飼なす」を食べよう!



なにわの伝統野菜鳥飼なすを使った料理を味わうイベントを開催しました。栽培に手間がかかるため生産者が少なく「幻」と呼ばれる鳥飼なす。当日は、この貴重な野菜をたっぷり使ったスパイスキーマカレーが提供され、来場された人々は、その特別な食感と味わいに驚きの声をあげていました。鳥飼なすの魅力を堪能していただけた一日となりました。



Re:Settsu 景観を未来へ

10月4日は「都市景観の日」。景観は街の「顔」として私たちの暮らしに潤いや安らぎを与えます。美しい街並みを次世代へ引き継ぐため、一緒に未来の街を育てましょう！

問合せ 都市計画課 ☎06 (6383) 1405 へ



景観は私たちが豊かにする 街の「顔」

都市景観とは、道路、建物などの構造物のみならず、人々の営みが調和して見える姿のことです。良好な景観は、私たちの生活を豊かにし、街の魅力と価値を高め、地域経済の活性化にもつながります。また、新たな人を呼び込み、地域活力を生み出す重要な資産として機能します。

景観は、時間と共に変化するため、継続的に守り育てていく必要があります。そのためには市だけではなく、市民の皆さんの協力が欠かせません。

私たちにもできる景観づくり

例えば、次のような取り組みが街の景観向上につながります。

▽街をきれいに保つ II ごみは指定された場所に捨てるルールを守りましょう。地域の清掃活動に参加してみるのがおすすめです。

▽緑を増やす II 家の庭やベランダに花や植物を飾ってみましょう。地域の緑化活動に参加して、街にもっと緑を増やしてみませんか？

これらの積み重ねが街の景観を変えていきます。一緒に「未来の景観」を育てていきましょう。



①毎月第4火曜日に環境美化推進地区などでごみ拾いを実施する環境美化ボランティア（環境政策課）、②緑化推進員が市役所前に色鮮やかな花と緑を植えている（水みどり課）、③④再開発事業区域内の万能堀に、子どもたちが描いた「みらいのまち」（③保育教育課）やうわさプロジェクトを活用した「健康にまつわるうわさ」（④保健福祉課）を掲示

千里丘駅西地区再開発事業 新しい街が始動

千里丘駅西地区再開発事業は、「みんなが安全で快適に暮らせるまちづくり」を目指す、市が重点的に進めているプロジェクトです。ここでは、景観に配慮した取り組みを行っています。▽無電柱化⇨駅前広場やシンボルロードは電柱や電線の地中化により、美しい街並みを実現。防災機能も向上します。▽ランドスケープデザインの導入⇨同地区の景観形成基準の基本方針である「賑わいや緑が感じられるとともに、周辺環境や地域特性に配慮した質の高い景観」



※内容は今後変更することがあります

を目指し、建築敷地と駅前広場や道路などに一体的な植栽を計画しています。

ランドスケープコンセプトは「千里の丘森の記憶」

同地区のランドスケープデザインは、「かつて千里丘陵に広がっていた森を思い起こすような、原風景に見立てた環境を創出し、当地区に関わる全ての方に潤いと安らぎを与える」というコンセプトを掲げています。

駅前緑地を「里山の風景」、駅前広場を「水辺の風景」、交差点部を「森と市街地の架け橋となる広場（クス

ノキ広場・カエデ広場」などのように、各エリアをさまざまな原風景に見立て、地区全体を一体的に計画しています。例えば「クスノキ広場」には、市の木であるクスノキをシンボルツリーとして配置します。さらに、まちのシンボル「賑わいの中心」となる広場を計画しています。

再開発事業の進捗状況

2街区では商業業務施設「ブライトステラ摂津千里ノース」が完成し、新しい街並みが形成されています。1街区は、建物の躯体工事中です。JR千里丘駅と建設中の再開発ビル2階をつなぐ自由通路の橋脚工事



未来の景観づくり

景観は、再開発事業のような大規模な建設事業だけが創るものではありません。「家の周りを掃除する」「窓辺を花で飾る」といったことも景観づくりの一つです。

未来の景観を創るのは私たち一人ひとり。「街並みをよくしたい!」と思うこと、それはすでに景観づくりに参加していることなのです。できそうなこと、やってみよう!とがあれば、ぜひ取り組んでみましょう。

も進んでおり、完成すると雨に濡れない快適な通行が可能になります。今後、駅前広場や道路工事にも取り掛かり、新たな都市景観の形成に向けて着実に進めていきます。※再開発事業は、市HP(下記QR)でも紹介中です



2街区商業業務施設が完成し、新店舗が営業中の「ブライトステラ摂津千里ノース」



おひとりさまでも、ひとりじゃない。

～高齢者のひとり暮らしを支える安心サポート～

令和7年7月末時点で、市の65歳以上の高齢者人口は21,946人（人口全体の25.38%）にのぼります。高齢化が進む中で、「ひとり暮らし」をしている高齢者は年々増えています。

市では、誰もが安心して地域で暮らし続けられるよう、さまざまな見守りや支援制度を整えています。 **問合せ** 高齢介護課 ☎ 06 (6170) 1561 へ

突然の体調変化
年をとっても住み慣れた家で安心して暮らしていきたいけど、ひとりには不安…

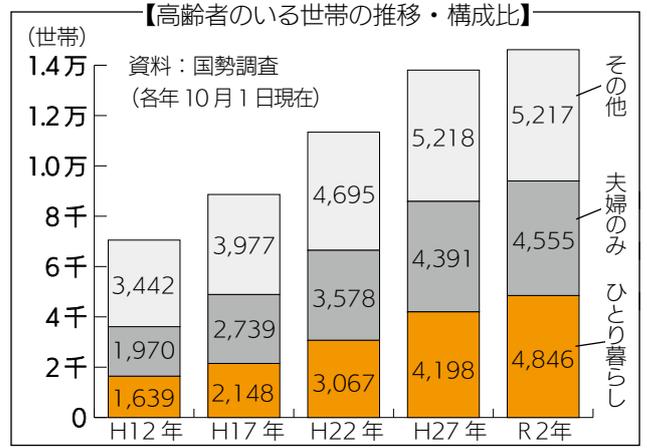
災害発生時
遠方に住む子どもがひとり暮らしを心配しているのよわ
人付き合いも少なくなってきたので、自分のことを理解してくれる人がいると安心

安否確認
今はまだ元気だけど、いつ何があるか分からないし、定期的に様子を見に来てほしい。

高齢者のひとり暮らし世帯の増加

市の高齢者のいる世帯数は増加しています。国勢調査によると、令和2年ではひとり暮らし世帯が4千846世帯（高齢者のいる世帯の33.2%）となっており、年々増加していることがわかります（右表）。

こうした背景をふまえ、市ではひとり暮らし高齢者が抱える不安の軽減を目指し、必要な人に必要なサービスが行き届くよう、地域全体での見守り体制を強化しています。また、ひとり暮らし高齢者が、近隣住民とのつながりを通じて、必要な情報を得ることができる環境づくりに取り組んでいます。



まずは「ひとり暮らし登録」から

ひとり暮らし高齢者の支援の基本となるのが「ひとり暮らし登録」です。お住まいの地区の**民生委員**を通じて登録を行うと、民生委員や**ライフサポーター**（社会福祉協議会の職員）が見守りの必要性に応じた頻度で訪問。日常の困りごとの相談を受けたり、必要なサービスにつなげたりします。

さらに、登録情報は「北大阪消防指令システム」にも共有され、火災や救急時の救助活動に活用されます。

もしものときに備える仕組み

ひとり暮らしで不安を感じることに、突然の体調変化や災害発生時のものがあり、市では次のようなサポートを行っています。

- ▽**状況確認シート** 75歳を迎えた人に案内を送付し、緊急時に必要な連絡先やかかりつけ病院などの情報を登録します。
- ▽**救急医療情報キット・携帯版シート** 冷蔵庫に保管するキットや財布に入れて持ち歩けるシートで、救急搬送時に迅速な対応が可能に。



いつも元気に自転車で走っています!

見かけたら、どうぞお気軽に話しかけてくださいわ!



私たちライフサポーターがひとり暮らし高齢者を見守ります

おひとり暮らしの方は「自分でどうにかできる」「まだ大丈夫」と無理をして頑張りすぎてしまうことがあるかもしれません。そこで私たちライフサポーターは、「お変わりはありませんか」とお話を伺うだけでなく、表情や生活の様子を注意深く見守り、以前との違いや、支援が必要な点がないかを丁寧に確認しています。

また、地域全体での見守り活動として、民生委員や高齢者の相談窓口である地域包括支援センターとも連携しています。

現在、5人のライフサポーターがそれぞれの担当地域を回っていますので、どんな小さなことでもお気軽にお声がけくださいわ。

▽緊急通報装置の貸与(所得に応じて費用負担有) 〓ボタンひとつで緊急性に応じて保健師などの健康相談のほか、救急車の手配や出動要員の駆けつけを受けられる装置を貸与しています。

これらのような、いざというときの備えが、日々の安心につながります。

**ひとり暮らしを支える
日常のサポート**

ひとり暮らしでも毎日の生活を安心して続けるために、市では次のような支援も行っていきます。

▽民生委員 〓市内100人の民生委員が地域の相談役となり、行政や関係機関とつなぐ「パイプ役」として

活動しています。

▽愛の声訪問 〓対象は、ひとり暮らし登録者で安否確認が必要と認められた人。週一回、乳酸菌飲料をお届けし、安否を確認。必要に応じて緊急連絡先へ連絡します。〓介護保険サービスの利用者は対象外

▽配食サービス(有料) 〓食事づくりが難しい人に、栄養バランスの整ったお弁当を届け、安否確認を行います。〓ケアマネジャーを通して申請、ケアマネジャーがいない場合は要相談

▽ふれあい収集(ごみ出し) 〓対象は、移動に常に支援が必要なひとり暮らし高齢者で、支援できる親族などがない人。職員が玄関先でごみを収集し、声かけや安否確認を行います。

地域とつながり 彩り豊かな毎日

市では、どなたでも気軽に参加できるイベントを多数用意しています(下表参照)。趣味の集いへの参加や自治会の活動を通じて、役割を見つけ、生きがいを見つける人もいます。

「どんな交流が自分に合うかわからない」といった場合には、社会福祉協議会の生活支援コーディネーターが相談を受け付けています。

地域みんなが支える 安心のひとり暮らし

高齢者のひとり暮らし世帯が増えている中、多くの制度と地域の支え合いによって、安心して暮らし続けられる環境を整えています。

「おひとりさまでも、ひとりじゃない」そんな安心をこれからも広げていきます。



つどい場では、気軽に集まって体操やゲームなどを楽しむ

地域の交流の場	問合せ	内容
老人クラブ	高齢介護課	地域の会員組織で健康や文化活動を自主的に実施
老人福祉センター ふれあいの里	☎ 072 (653) 1212	「いきいきカレッジ」など健康・教養・交流活動を行い、同好会活動のサポートを受けられる場
老人福祉センター せつつ桜苑	☎ 072 (632) 0400	「いきいきカレッジ」など健康・教養・交流活動を行い、同好会活動のサポートを受けられる場
ふれあいサロン	社会福祉協議会 ☎ 06 (4860) 6460	気軽に集まり、体操・ゲーム・演芸などを楽しみながら親睦を深め合う場
ふれあいリハサロン	社会福祉協議会・保健福祉課・保健センター	身体機能が低下している人、ひとり暮らしの人が、リハビリ体操・ゲーム・演芸などを楽しみながら親睦を深め合う場
つどい場	高齢介護課	介護予防を目的に集い、レクリエーションを実施する場(費用100円)
カフェ型つどい場	高齢介護課	気軽に集まれる交流の場



市民の健康・栄養とウェルビーイングに 関する縦断調査（摂津スタディ）結果

「フレイル」って知っていますか？ ～元気で健康に過ごすために～

昨年（令和6年）の2月～4月に18歳以上の市民へ実施したアンケート（摂津スタディ）で、1万4千人を超える回答がありました。

摂津スタディの結果について、第4弾では「フレイル」に関する結果をお知らせします。

問合せ 保健福祉課、国立健康・栄養研究所 ☎ 090(9867)6384 へ（平日午前10時～午後3時）

第1弾「運動」



広報せつつ
R6.10月号

第2弾「栄養・食生活」



広報せつつ
R7.2月号

第3弾「社会とのつながり」



広報せつつ
R7.6月号

基本チェックリスト

あれ？
もしかして...

No.	質問	いずれかに○をつけ 数字を合計する
1	バスや電車で1人で外出していますか	0 はい 1 いいえ
2	日用品の買い物をしていますか	0 はい 1 いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	0 はい 1 いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0 はい 1 いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0 はい 1 いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0 はい 1 いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0 はい 1 いいえ
8	15分くらい続けて歩いていますか	0 はい 1 いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1 はい 0 いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1 はい 0 いいえ
11	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1 はい 0 いいえ
12	BMI（身長m ² /体重kg）が18.5未満（計算が必要）	1 はい 0 いいえ
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1 はい 0 いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1 はい 0 いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1 はい 0 いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	0 はい 1 いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1 はい 0 いいえ
18	周りの人から「いつも同じことを聞く」などのもの忘れがあると言われますか	1 はい 0 いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0 はい 1 いいえ
20	今日は何月何日か分からない時がありますか	1 はい 0 いいえ
21	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない	1 はい 0 いいえ
22	（ここ2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1 はい 0 いいえ
23	（ここ2週間）以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる	1 はい 0 いいえ
24	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	1 はい 0 いいえ
25	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする	1 はい 0 いいえ

「フレイル」を知って、
健康寿命をのばそう

「フレイル」という言葉をご存じですか？フレイルとは、年齢とともに心身の機能が衰え始め、ささいなきつかけで介護が必要になりやすい状態を指す言葉です。「フレイル」は、筋力や体力の低下といった身体的な問題だけでなく、気力の低下などの精神的な問題や、人とのつながりが少なくなる

社会的な問題も関連しています。

しかし、フレイルの状態であつても、適切な対策をとることで健康な状態に戻すことができますと言われています。フレイル対策には、体を動かすこと、バランスの良い食事をとること、口腔ケアを行うこと、社会とのつながりを持つことが大切です。今回の特集で、体を動かすこととフレイルの関係についてご紹介します。

フレイルに該当するか
チェック！

まずは、厚生労働省作成の基本チェックリストでフレイルに該当するか確認してみましょう。今回の調査では、身体的・精神的・社会的な3つの側面から、全部で25項目の質問を行いました。合計8点以上でフレイルに該当すると判定しています。自身の健康状態を知るためにも、ぜひチェックしてみてください。

フレイルは高齢者だけの健康問題ではない

ここからは、摂津スタデイの結果についてお示しします。

まず、年代別にフレイル該当者の割合を見てみると(図1)、男女ともに50歳代でわずかに割合が増えるものの、全体的に年齢が高くなるにつれてフレイル該当者の割合も増えていることが分かります。

ます。

その一方で、最も少ない割合は男性では30歳代、女性では40歳代となっており、それよりも若い世代の方がフレイル該当者の割合が多い結果となりました。

これにより、フレイルは必ずしも年齢を重ねてからの健康問題ではないことを、ぜひ知っていただきたいと思えます。

身体活動とフレイルの関係

令和6年1月に厚生労働省から公表された「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」では、健康のための身体活動の目安が示されています。具体的には、65歳未満の人は1日合計60分以上(8千歩)、65歳以上の人は1日合計40分以上(6千歩)が目安です。

この目安の達成状況とフレ

イル該当者の割合を年代別に

見てみると(図2)、男女ともに年齢が高くなるほど、目安の未達成者でフレイルに該当する人の割合が多くなる傾向が見られました。特に70歳以上では、達成者と未達成者の差が約20%まで広がっていました。

このことから、年齢が高くなるにつれ、普段の身体活動がある人ほど、フレイルに該当しにくいことが分かります。

フレイル予防は日常生活から始められる

今回の調査結果から、フレイルは年齢に関係なく起こる可能性があります。フレイル予防には、階段を多く利用するなど、日々の生活のなかで身体活動(運動)を続けることが大切です。

摂津市では

ウォーキングイベントや体育館などで

の各種運動教室も開催していますので、自分に合った

ものに参加して、フレイルを予防しましょう。



Δニュースポーツ



Δ運動施設での各種教室



Δうきせつウォーキング

「せつつ健康調査」にご協力ください

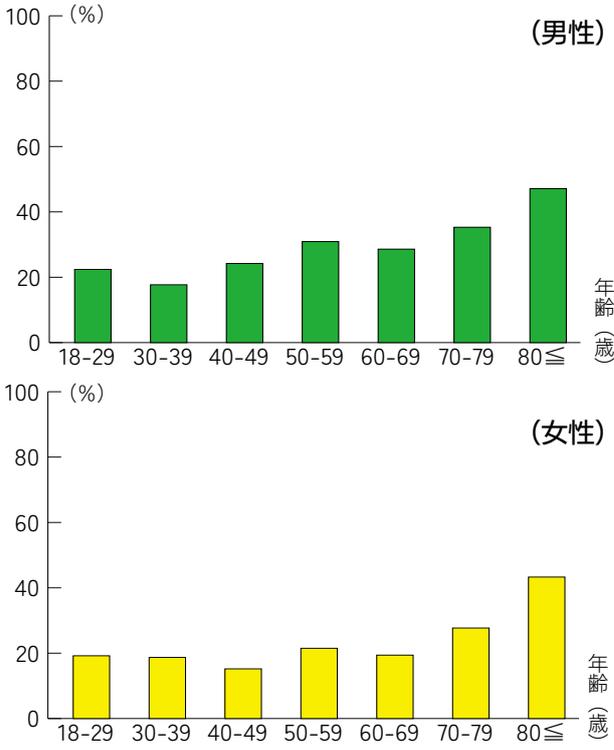
「摂津スタデイ」に続き、現在は「せつつ健康調査」を行っています。この調査は、皆さまの健康状態を詳しく調べ、今後の健康・栄養施策に役立てることを目的としています。

すでに多くの人にご参加いただいておりますが、調査日の追加を決定しましたので、これまで参加できなかった人も、この機会にぜひご協力をお願いいたします。

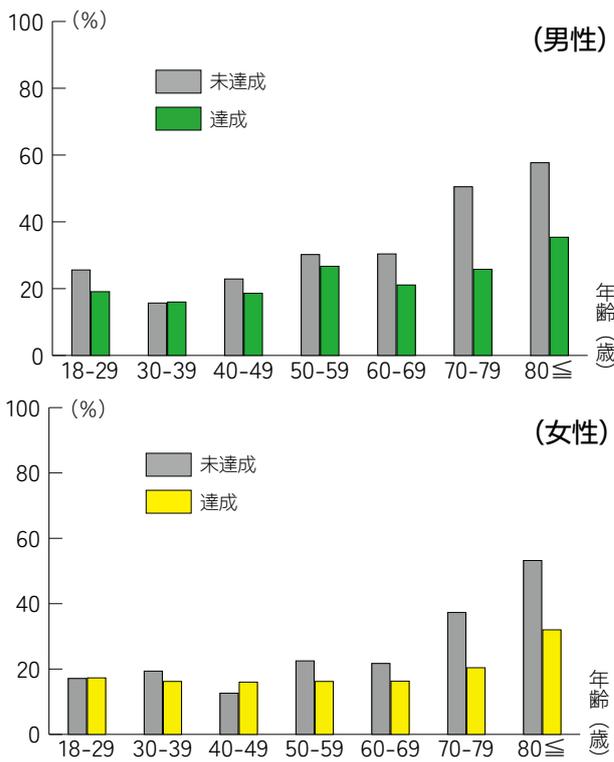


せつつ健康調査参加登録フォーム

年代別のフレイル該当者割合(図1)



年代別の身体活動の目安達成状況とフレイル(図2)



お知らせ／募集

お知らせ／募集

相談

健康

公民館・

コミセン

・スポーツ文化

図書館

施設催し・教育ほか

高齢・障害福祉

産業振興

子育て

地域／市民活動

ごみ・資源

お知らせ

議会の開催日程

令和7年第3回定例市議会を次の日程で開催します。

《本会議》10月8日(火)・9日(水)・14日(火)・28日(火)・29日(水) (一般質問は10月28日(火)・29日(水))

《常任委員会》▽文教上下水道・民生 10月15日(水)▽総務建設 10月16日(水)

※日程は変更になる場合があります

※8日・9日は午後3時、その他は午前10時開会予定

※いずれも傍聴可
※本会議はインターネットで生中継し、後日録画配信
問合せ 議会事務局へ

都市計画原案の縦覧

地区計画(南千里丘周辺地区) 変更の都市計画原案の縦覧を行います。対象者は意見書を提出できます。

案件 北部大阪都市計画地区計画(南千里丘周辺地区)の変更
期間 10月9日(水)～22日(水)

場所 市役所5階・都市計画課※市HPでも閲覧可

意見書の提出 当該計画原案に係る区域内の土地所有者および都市計画法施行令第10条の4に該当する人は10月9日(水)～29日(水)に、同課へ持参または郵送(必着)

問合せ 同課へ

マイナンバーカード 休日開庁

10月26日(日)午前9時～正午にマイナンバーカードの手続き(申請、交付、保険証紐付け、更新、暗証番号再設定、ロック解除など)ができます。

※必要書類などの詳細は、市ホームページ(下記QR)へ

問合せ 市民課へ



10月は行政相談月間

行政の仕事で「困った」「納得できない」などの相談がありましたら、総務大臣から委嘱された行政相談委員が相談に応じます。

相談日時 毎月第一水曜日 午後1時～3時※特設相談

として10月15日(水)午後1時～2時にも相談可

場所 市役所2階・自治振興課

問合せ 同課へ

JR千里丘駅周辺清掃

10月28日(火)に、JR千里丘駅周辺のごみ拾いを行います。※雨天中止※健康マイレージ対象

時間 午前9時半集合

場所 フォルテ摂津連絡橋

問合せ 環境政策課へ

国保料夜間相談

10月23日(水)午後5時半～8時、納付相談を受け付けます。事前に予約するとスムーズです。※予約は下記QRへ※電話相談は専用電話

06(6383)1555

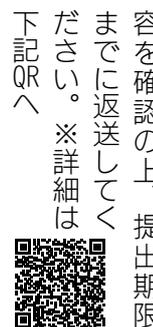


問合せ 国保年金課へ

不足額給付確認書等の提出期限は10月31日(金)

定額減税しきれない人への給付(不足額給付)について、確認書・申請

書の提出期限は10月31日(金)(必着)です。記載内容を確認の上、提出期限までに返送してください。※詳細は下記QRへ



問合せ 市コールセンターへ 06(6170)1538

秋のワンドでいきものがし

秋の河原で魚や植物などを観察します。

日時 11月8日(土)午前10時～正午※受付は午前9時半

※雨天時は16日(日)に延期

場所 鳥飼ワンド(淀川河川公園鳥飼下地区)

定員 40人(先着)※小学生以下は保護者同伴

申込み 河川レンジャーホームページ(下記QR)へ



鳥飼東小学校跡地活用 ワークショップ

鳥飼東小学校跡地活用に関するワークショップを開催します。※徒歩、自転車でお越しください

日時 10月27日(月)午後7時

場所 鳥飼東小学校

申込み 申込フォーム(下記QR)へ

問合せ 政策推進課鳥飼地区まちづくり担当へ

市税土曜電話納付相談

10月25日(土)午前9時～正午、電話納付相談を受け付けます。専用電話06(6383)6133へ。

問合せ 納税課へ

バスを一緒に考える会

日ごろの移動方法やバスの実情について意見交換を行います。※徒歩、自転車またはバスでお越しください

対象 ①別府・一津屋エリア居住者②鳥飼・新在家・東一津屋エリア居住者

日時 ①10月5日(日)②12日(日)いずれも午前10時～正午

場所 ①別府コミュニティセンター②新鳥飼公民館

※詳細は下記QRへ

問合せ 道路交通課へ



※申込みは原則1日から受付開始
※特に記載のない場合、対象は市内在住・在勤・在学者、申込み不要

摂津市役所
☎06(6383)1111(大代表)
☎072(638)0007(代表)

高齢者等のインフルエンザ・ 新型コロナウイルス感染症 定期接種

高齢者等のインフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の定期接種を実施します。※対象者や接種方法などは左記QR

実施期間 来年1月末まで
接種費用 ▼インフルエンザ11千500円▽新型コロナウイルス11千800円

※生活保護世帯・市民税非課税世帯などは事前申請で免除制度あり

※接種は受託医療機関へ事前連絡をしてください

※市外接種では事前に依頼書が必要な場合があります
問合せ 保健福祉課へ



△インフルエンザ予防接種



△新型コロナウイルス予防接種

予防接種健康被害救済制度

予防接種の副反応により健康被害が生じる場合があります。副反応が重い・長引く場合は医療機関へ相談

してください。定期接種に伴う、健康被害の申請は保健福祉課へ※詳細は左記QRへ

問合せ 保健福祉課へ



△市 HP



△厚生労働省 HP

里親制度相談会

10月16日(木)午前10時～午後1時に、市役所1階・ロビーで里親制度の相談会を開催します。※10月1日(水)～31日(金)はパネル展も実施
問合せ 大阪乳児院里親支援センターおむすび06(6372)1602へ

前向き子育てプログラム

発達が気になる子どものための子育てプログラム(ステッピングストーンズ トリップルP)を学びます。
対象 発達が気になる子ども
の保護者

日時 来年1月15日～3月5日の毎週木曜日午前10時～12時半(計8回)※来年2月19日(木)、26日(木)は、電話での個別相談を実施します(来場不要・それぞれ1

時間程度)

場所 摂津市立つくし園・集会室(烏飼下2-1-14)

定員 10人

費用 3千円

※詳細は下記QRへ

申込み 同園 ☎072(654)9200 ※一時保育あり(未就園児・要予約・先着3人)



最低賃金が1千177円に

10月16日(木)から、大阪府の最低賃金が時間額1千177円に改定されます。※詳細は、左記QRへ

問合せ 茨木労働基準監督署 ☎072(622)6871 または大阪労働局労働基準部賃金課

☎06(6949)6502へ



ジェネリック医薬品を 上手に活用しましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、先発医薬品と同じ有効成分・効能効果を持ち、薬価が安く自己負担も軽減されます。製剤工夫で飲みやすくなったものもあります。すべての薬に

ジェネリック医薬品が対応しているわけではないため、まずは医師や薬剤師にご相談ください。

問合せ 国保年金課へ

令和8年度

学童保育室入室受付

10月15日(水)から、市役所6階・こども政策課、各学童保育室で募集案内を配布(市ホームページ(左記QR)からも取得可)します。

受付期間 11月4日(水)～21日(金)※今年度から電子申請

※現在入室中および待機中で新年度も入室希望の児童も申請が必要

問合せ 同課へ



個人事業税第2期の 納期限は12月1日(月)

個人事業税の第2期分の納期限は、12月1日(月)です。第2期分の納付書は、8月に送付した第1期分の納付書に同封しています(口座振替をご利用の場合、納付書は送付していません)。

※口座振替利用可
問合せ 大阪府三島府税事務所 ☎072(627)1121へ

「空き家」に関する

個別相談会

空き家の相続・管理・処分方法を専門家に相談できる機会です。

日時 10月14日(火)▽午後1時～1時45分▽午後2時～2時45分※いずれも要予約

場所 市役所東別館2階・第1、第2会議室

定員 各5人(先着)

申込み NPO法人大阪空き家相談センター ☎06(6556)7705へ

問合せ 建築課へ

募集

上下水道事業経営審議会 市民委員を募集

水道事業の経営について、多角的な視点から審議を行う審議会の市民委員を募集します。
内容 審議会に参加し、水

お知らせ／募集	相談	健康	公民館・スポーツ	図書館	施設催し・教育ほか	高齢・障害	産業振興	子育て	地域活動	ごみ・資源
---------	----	----	----------	-----	-----------	-------	------	-----	------	-------

道事業の経営に係る議題について、意見を述べる

対象 18歳以上の市民（議員または常勤の公務員は除く）

任期 令和8年2月～10月（予定）

報酬 日額9千円（交通費含む）

申込み 10月31日（金）までに、応募用紙（作文あり）に必要事項を記入し、上下水道部庁舎中2階・経営企画課へ持参、郵送、FAXまたは☎

※詳細は下記QRへ
問合せ 同課へ



ボランティア募集

◎使用済み切手整理 10月16日（木）午前10時～午後3時

◎ぞうきん縫ってボランティア 10月27日（月）午前10時～午後3時

※いずれも参加時間自由
場所・問合せ ボランティアセンター（地域福祉活動支援センター内） ☎ 06 (63818) 1128へ

寄附

◎市へ
◆高石翠夫氏が、8月18日、現金3百万円を。

◆R & Bシンガー真之介氏が、10月19日（日）午後3時半からコリナホール大阪（大阪市住之江区）で開催される音楽イベント「音色」のチケット100枚を、「君に捧げる応援歌」でお馴染みのHIPPIYなどとともに出演。）

※チケットは、10月17日（金）まで、市役所2階・文化スポーツ課で配布。（先着・問合せは同課へ）※小学生以上20歳未満の市民が対象・同伴の保護者も受取可

8月の火災・救急件数

★火災 3件（年間累計 11件）
★救急 519件（うち22件熱中症）
（年間累計 3,864件）

救急車を呼ぶか迷ったら、
「救急安心センターおおさか」
7119 または 06 (6582) 7119
（24時間・365日対応）

国民健康保険の「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」を送付

国民健康保険被保険者証（保険証）は令和6年12月1日をもって新規発行を終了しました。以降、マイナ保険証（健康保険証の利用登録済マイナンバーカード）をお持ちの人には「資格情報のお知らせ」、マイナ保険証を登録していない人やマイナンバーカード未作成の人には「資格確認書」を交付しています。有効期限が令和7年10月31日までの被保険者証または資格確認書を持つ人には、10月中旬以降、世帯主宛に順次発送します。なお、世帯内でマイナ保険証の利用状況が異なる場合は別々に送付します。**問合せ** 国保年金課へ



【「資格情報のお知らせ」（A4 サイズ）を送付する人】

項目	内容
対象者	マイナ保険証をお持ちの人
送付方法	普通郵便（今回のみの送付（ただし、70～74歳の人には負担割合記載のものを毎年送付））
注意事項	▷医療機関でマイナ保険証の読み取りができない場合や健康保険切り替え直後の場合は資格情報のお知らせをマイナ保険証と併せて提示することで保険診療が可能 ▷既に交付済の人には送付されません▷資格情報のお知らせのみでは医療機関の受診はできません

【「資格確認書」（カードタイプ）を送付する人】

項目	内容
対象者	マイナ保険証をお持ちでない人
送付方法	簡易書留（毎年送付）
資格確認書の有効期限	今回送付する資格確認書は水色で、有効期限は令和8年7月31日（74歳の方は誕生日の前日まで）
次回の送付	令和8年7月中に送付予定
注意事項	資格確認書と高齢受給者証（70～74歳の人）を持参することで保険診療が可能



【その他】

▷マイナ保険証をお持ちの人で、特別な配慮が必要な場合は、申請することで資格確認書を交付します。（例：施設入所者など）
▷令和8年8月1日以降、資格確認書に負担割合が記載されることで高齢受給者証は統合予定です。
▷新しい資格確認書または資格情報のお知らせは届いた日から使用可能です。現在の被保険者証（桃色）は破棄するか、国保年金課窓口へ返却してください。

※ 10月末までに資格確認書または資格情報のお知らせが届かない場合や不明点があれば同課へお問い合わせください。

今月の各種相談

※いずれも無料
※施設休館日は
行っていません

相談名	相談内容	日時	場所・問合せ
市民法律	土地、建物、金銭貸借、相続、交通事故などの法律問題	毎週㊸・㊹ 午後1時～4時（各日先着6人） ※13日㊹除く	自治振興課（市役所2階） ☎06（6383）1357 ※予約受付は実施日当日の午前9時から相談終了時間の30分前（市民法律相談は午後3時）まで。☎予約可
行政	国、府、市などの業務に対する要望など	1日㊸午後1時～3時 15日㊸午後1時～2時	※各相談1回30分まで ※要望・苦情などの市民相談窓口は自治振興課へ
登記	登記・測量、不動産相続、境界の問題	3日㊸午後3時～5時（先着4人）	
外国人市民相談	外国人が抱えている生活上の諸問題	毎週㊸㊹㊺ 午前9時半～午後4時半	国際交流協会（コミュニティプラザ内） ☎06（6319）6251
税務	税理士による所得税や相続税、贈与税などの税務相談	21日㊸ 午後1時半～4時半（先着6人）	市民税課（市役所2階） ☎06（6319）1990 ※申込みは前日までに、近畿税理士会吹田支部 ☎06（6319）0450へ
労働	解雇、賃金未払い、休暇、退職、就業規則など労働全般の相談	8日㊸・22日㊸ 午後1時～4時	産業振興課（市役所4階） ☎06（6383）1362 ※予約優先、当日受付可
消費生活	消費者の利益・安全に関する苦情・要望など	毎週㊸～㊺午前9時～午後5時 ※13日㊹除く	産業振興課、消費生活相談ルーム（市役所4階） ☎06（6383）2666
多重債務法	司法書士＝㊹、弁護士＝㊺による債務（借金）の問題解決	▷2日㊹午後2時～5時 ▷17日㊺午後1時～4時（要事前予約）	
心配ごと	家族関係、生計、病気などの悩みごと	7日㊸・21日㊸ 午後1時～3時	社会福祉協議会（地域福祉活動支援センター内） ☎06（4860）6460
人権擁護	人権擁護委員による相談	10日㊸ 午後2時～3時半	自治振興課（市役所2階） 問合せは人権女性政策課へ
人権なんでも	暮らしの中で起こる人権問題	毎週㊸～㊺ 午前10時～午後4時 ※13日㊹除く	市人権協会（人権女性政策課・市役所4階） ☎06（6383）1011
男性電話	生き方・働き方、人間関係の悩み	22日㊸ 午後1時～4時	人権女性政策課 ☎06（6155）9167
女性総合 ▷電話 ▷来所	女性のさまざまな悩みの相談（家庭や職場、パートナーからの暴力の相談も含む）	毎週㊸㊹㊺㊻ 午前9時半～午後5時 ※第3・4㊹は午後1時～9時 ※13日㊹除く	男女共同参画センター・ウィズせつつ相談室 問合せ・予約 ☎06（4860）7114 ※女性総合の電話相談を希望する人は ☎06（4860）7116へ ※未就学児の一時保育あり（5日前までに要予約）
女性法律 （要予約）	女性弁護士による離婚、相続などの法律相談	▷14日㊸午後2時～4時15分 ▷28日㊸午後5時～7時15分	
女性専門相談 （要予約）	女性カウンセラーによる心の悩みのカウンセリング	▷7日㊸午後1時～4時50分 ▷11日㊸・23日㊸ 午前10時～12時50分 ▷21日㊸午後3時～7時50分	

お知らせ／募集

相談

健康

公民館・センター

スポーツ文化

図書館

施設催し・教育ほか

高齢・福祉

産業振興

子育て

市民活動

こみ・資源

※申込みは原則1日から受付開始
 ※特に記載のない場合、対象は市内
 在住者、申込不要

保健福祉課 ☎06 (6383) 1386
 保健センター ☎06 (6381) 1710
 茨木保健所 ☎072 (624) 4668

■ 集団がん検診

会場 保健センター

申込み 電話、同センター窓口またはホームページへ

検診・検査	費用	対象	実施日
胃がん	900円	40歳以上	11/21 ㊦ 9:00～11:00
大腸がん	500円	(骨粗しょう症のみ)	
肺がん	無料★	16歳以上)	
骨粗しょう症	500円		
乳がん	700円	40歳以上 で奇数月生まれの人	11/6 ㊦・28 ㊦ ▷9:30～11:30 ▷13:00～14:30 ※6 ㊦は午前のみ
子宮頸がん	600円	20歳以上 で奇数月生まれの人	11/28 ㊦ 13:00～15:00
乳がんと 子宮頸がんの 両方受診	1,300円	40歳以上 で奇数月生まれの人	11/21 ㊦ ▷9:00～11:30 ▷13:00～15:30

★喀たん検査を受ける場合、別途700円が必要

令和8年3月実施分まで受付中。日程は健康づくり年間日程表、同センターホームページでご確認ください。 **問合せ** 同センターへ

■ 個別がん検診

費用、対象は上記と同じ

対象がん	問合せ・申込み先
胃・大腸・ 肺・乳・子 宮頸がん	大阪がん循環器病予防センター（完全予約制） 大阪市城東区森之宮1-6-107 ※受診希望の人は事前に保健福祉課へ電話
乳がん	大阪府済生会吹田病院 ☎06 (6382) 1516 サンタマリア病院 ☎072 (646) 5272 田中病院 ☎072 (635) 5831 谷川記念病院 ☎072 (622) 3833 大嶋クリニック ☎072 (633) 0119 大阪プレストクリニック ☎06 (6465) 4108 大阪プレストクリニック梅田イーマ ☎06 (6454) 4108 吹田徳洲会病院 ☎06 (6878) 1110
※詳細は市 ホームペー ジへ	
子宮頸がん	市内受託医療機関、大阪市・吹田市・茨木市受託 医療機関 ※受託医療機関は市ホームページ、健 康づくり年間日程表を見て直接申込み

■ 茨木保健所の検査・相談

申込み 同保健所（茨木市大住町）へ

※日程など詳細については、同保健所ホームページか電話にて
お問い合わせください

検査・相談	実施日など
エイズ/HIV抗体検査 (即日検査、無料・匿名で受検可、 希望者には梅毒即日検査も実施)	第1・2・4木曜日 9:30～10:30
こころの健康相談(うつ病・統合 失調症・依存症・認知症などの精神 的な病気、ひきこもり)	予約制(㊦・㊧・㊨除く)
医療に関する相談(安心して医療 が受けられるようサポート)	平日▷9:15～12:15 ▷13:00～16:00

保健福祉課

摂津市はなまる歯科健診



18～74歳の摂津市民は歯科健診を
年度に一回無料で受けられます。

【場】市内実施歯科医院

【費】無料(問診、むし歯・歯周病などの検査)

【申】直接歯科医院へ(事前申込み)

※詳細は右記QRへ



保健福祉課

うきうきせつウォーキング



「大正川河川敷コース5.5km(ショートコース3.5km)」※健幸マイレージ対象

【時】10/6(月)9:15～※集合・解散は鶴野第一公園
※受付は9:00～【持】飲み物、帽子など【他】当日
6:00時点のNHK天気予報で大阪府の午前の降水確
率が50%以上の場合は中止【申】参加票またはメモ
に必要事項を記入して当日持参※詳細は上記QRへ

保健センター

トワイライトエクササイズ講座(秋)

お腹周りの引き締めと筋力アップを目指すプログラ
ム。理想的なボディラインを手に入れましょう。

【対】おおむね40～74歳

【時】10/17～来年1/9の金曜日19:15～20:15
(計10回)

【場】保健センター【定】20人

【費】10回4,000円【申】☎可・先着

保健センター

健康相談

健康診査の結果などに基づき、保健師や栄養士が無
料で身体の健康についての相談に応じます。

【時】10/28(水)9:30～11:30

【場】保健センター

【申】☎可

茨木保健所

民泊を始めるには許可が必要です



住宅などを活用して宿泊サービスを提供する「民泊」
は、大阪府知事の許可や届出が必要です。

【対】民泊(旅館業・特区民泊・住宅宿泊事業)を始
めたい人

【問】▷旅館業＝茨木保健所衛生課 ☎072 (620)

6706▷特区民泊・住宅宿泊事業＝大阪府環境衛生課
☎06 (6944) 9910 ※詳細は上記QRへ

お知らせ
募集

相
談

健
康

公
民
館
・
ス
ポ
ー
ツ

文
化
ツ

図
書
館

施
設
催
し
か
・
教
育
ほ
か

高
齢
・
障
害
者

産
業
振
興

子
育
て

地
民
活
動

ご
み
・
資
源

◆ 応急診療

市立休日小児急病診療所

問合せ ☎ 072 (633) 1171

場所 香露園 32-19

診療科目 小児科 (中学生以下)

診療受付時間 日曜・祝日および
12/31 ~ 1/3 = 9:30 ~ 11:30、
13:00 ~ 16:00

※診療は受付開始 30 分後から

※診療の結果、二次医療機関への紹介が必要となる場合があります。時間に余裕を持って、お越しください

高槻島本夜間休日応急診療所

問合せ ☎ 072 (683) 9999

場所 高槻市八丁西町 1-10

診療科目 内科、小児科、外科、歯科

診療受付時間 ▽日曜・祝日および
年末年始 = 9:30 ~ 11:30、13:30 ~ 16:30、18:30 ~ 翌朝 6:30 ▽平日 = 20:30 ~ 翌朝 6:30 ▽土曜日 = 14:30 ~ 翌朝 6:30

※診療は受付開始 30 分後から

※歯科は日曜・祝日および年末年始の 9:30 ~ 11:30、13:30 ~ 16:30 (診療は受付開始 30 分後から)

■ 保健センターのセット健診～健康診査+がん検診～

健康診査 (特定健診・後期高齢者健診) とがん検診、骨粗しょう症検診、ピロリ菌検査とのセットでの健診が可能です。

実施日 ▽セット健診午前プラン (受付 8:50 ~ 11:00) = 10/29 (水) ~ 31 (金)、11/3 (月・祝) ~ 6 (木) ▽セット健診午後プラン (受付 13:30 ~ 15:00) = 10/30 (木)、11/5 (水)

対象 ▽16 ~ 39 歳 (午後プランのみ受診可) ▽40 ~ 74 歳で、特定健診受診券を持つ人 (加入の医療保険によって受診できない場合あり) ▽40 歳以上で、ご加入の医療保険の異動があった人や生活保護受給者など ▽後期高齢者医療の被保険者

種類	内容 (対象)	費用
午後プラン 午前プラン	健康診査 = 内科診察、血液・尿検査、身体・腹囲・ 血圧測定 ※医師の指示により、心電図・眼底 検査	無料 ※加入の医療 保険によっては一 部自己負担あり
	肺がん検診 = 胸部エックス線検査 (40 歳以 上)、必要な人には喀たん検査 (50 歳以上)	無料、喀たん検査 は 700 円
	大腸がん検診 (40 歳以上)	500 円
	胃がん検診 (40 歳以上)	900 円
申込で受診可 オプション	骨粗しょう症検診 (16 歳以上)	500 円
	前立腺がん検診 (50 歳以上の男性)	2,000 円
	ピロリ菌抗体検査 (20 ~ 60 歳)	500 円
	大腸がん検診 (40 歳以上) ※午前プランには 含まれているためオプション申込不要	500 円

申込み 10/6 (月) までに、はがきまたは封書 (一人 1 枚) に、①希望プラン (午前または午後)、オプション申込内容 ②希望健診日 (第 1・第 2 希望) ③氏名 (ふりがな) ④生年月日 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦40 歳以上はご加入の保険者 (名称)・受診券整理番号を書いて、〒566-0021 南千里丘 5-30 保健センター健診申込係へ (必着・抽選) ※同センター窓口またはホームページからも申込可

10月は 乳がん月間です



乳がんは、女性がかかるがんの中で最も患者数が多く、年間約8万3千人が乳がんを発症しています。特に40代後半から発症率が高くなる傾向があります。乳がんは早期に発見し治療を受けることで、高い確率で治療することが可能です。日常生活の中で「プレスト・アウェアネス (乳房への意識を高める生活習慣)」を取り入れ、乳がんの予防に努めましょう。

市では、40歳以上の女性を対象にマンモグラフィ検診を実施しています。通常8千円ほどかかる検診ですが、市の制度を利用することで、自己負担700円で受診することが可能です。乳がんを早期に見つけるための検診をぜひ活用してください。問合せ 保健福祉課へ

- ① 40歳になったら
2年度に1回乳がん検診を受診
- ② 自分の乳房を見て触る
- ③ 乳房の変化に気をつける
- ④ 乳房の変化に気づいたら病院へ

あなたの未来を守るために
今できることを

詳細は
こちら



摂津市役所
☎06 (6383) 1111 (大代表)
☎072 (638) 0007 (代表)

文化スポーツ課 ☎06 (6383) 5790
味舌体育館 ☎06 (7507) 2746
味生体育館 ☎06 (6349) 6554
青少年運動広場 ☎072 (635) 7094

スポーツ・文化

味舌体育館・味生体育館

味舌体育館 開放DAY 味生体育館 開放DAY

予約不要で体育館を使用できます



【時】▷味舌体育館 10/3(金)・10(金)・17(金)
▷味生体育館 10/2(木)・9(木)・16(木)
いずれも 12:00～15:00 **【費】**150円
(中学生以下50円・市外在住者は2倍)

文化スポーツ課

第50回市美術展



日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真、デザインの7部門を展示

【時】10/23(木)～26(日)10:00～18:00
※10/26(日)は16:00まで
【場】コミュニティプラザ

文化スポーツ課

摂津ゆかり展(第50回市美術展と同時開催)



市美術展と同様の7部門を展示。摂津にゆかりのある作品が展示されます

【時】10/23(木)～26(日)10:00～18:00
※10/26(日)は16:00まで
【場】コミュニティプラザ

文化スポーツ課

子ども展覧会



絵画、書、工作をコミュニティプラザに展示

【時】10/23(木)～26(日)10:00～18:00
※10/26(日)は16:00まで **【他】**子ども芸術一日体験を10/25(土)11:00～15:00に行います※材料が無くなり次第終了

味生体育館

測って、知ろう、ジブンのカラダ～市民体カテスト～



スポーツ庁の新たな体カテスト実施要項に基づくテストで、自分に合った健康づくりをサポート※健康マイレージ対象

【対】①20～64歳②65歳以上 **【時】**10/25(土)9:30～ **【定】**①15人②20人 **【申】**☎可・先着※前日まで

文化スポーツ課

摂津ふれあいマラソン大会ボランティア募集



運営スタッフを募集します。初心者大歓迎!※参加者には記念Tシャツ・キャップをプレゼント

【時】2/8(日)8:30～13:00(予定) **【場】**淀川河川公園 烏飼西地区 **【他】**ボランティアの内容は、ランナー誘導・駐輪場整理・給水補助など **【申】**上記QRまたは☎

味生体育館

ひきしめ姿勢改善講座



からだの筋肉をひきしめていく運動を行います
つつ、猫背や骨盤を整える体操を行います

【対】体を動かせる中学生以上の人
【時】10/6～27の毎週月曜日(計4回)
▷一部=13:30～▷二部=18:00～(各90分) ※いずれも同じレベル
【定】各6人
【費】4回1,800円※1回500円
【持】室内シューズ、タオル、飲み物、動きやすい服装
【申】☎可・先着

温水プール

スキンシップ教室



個別面談で状況を把握し、サポートを受けながら水の中で親子のスキンシップを深めます

【対】5～12歳の障がい児と保護者または介助者
【時】10/18～11/29の毎週土曜日14:00～15:00(計7回)
【定】10組
【費】8,000円
【申】温水プールで配布の申込書を書いて、同プールへ持参
【問】同プール☎06(6319)0858へ

味舌体育館

姿勢改善教室(第2期)



猫背や巻き肩、骨盤のゆがみ、O脚、扁平足を改善するストレッチや筋トレを行います

【対】自身の力で床に寝る、立ち上がることができる中学生以上の人
【時】10月の主に水曜日と木曜日①9:30～②13:30～(各80分)
【定】各10人
【費】4,000円(6回分)※10月末までにチケットを使いきれなかった人は11月以降に開催する第3期の「姿勢改善教室」で使用可
【持】室内シューズ、タオル、飲み物、動きやすい服装
【申】☎可・先着

文化スポーツ課

市民芸能文化祭

今年も市民の皆さんが日ごろの活動の成果を発表します

発表の部

場所	日時	内容
市民文化ホール	11/1(土)11:00～16:50	舞踊、大正琴、フラダンス、銭太鼓
	11/3(日)10:00～11:40	舞踊、詩吟、フラダンス
	11/3(日)15:30～17:00	吹奏楽
	11/9(土)12:00～17:55	ダンス、チアダンス
コミュニティプラザ	11/3(日)12:00～15:10	大正琴、太極拳、カラオケ、民謡、江州音頭

展示の部

場所	日時	内容
コミュニティプラザ	11/1(土)～3(日)10:00～17:00 ※11/3(日)は16:00まで	絵画、華道、写真、書道、お茶席(11/2(日)、3(日)・有料)など

子ども文化祭

場所	日時
コミュニティプラザ	11/1(土)10:00～13:00

GAKUSEI文化祭

場所	日時
コミュニティプラザ	11/1(土)～3(日)10:00～17:00 ※11/3(日)は16:00まで

せつつ手作りマルシェ文化祭

場所	日時
コミュニティプラザ	11/1(土)10:00～15:00

文化スポーツ課

市民合唱祭出演団体の募集



「せつつ市民合唱祭」の出演団体を募集します

【対】市内在住・在勤・在学の人で構成する2人以上の団体 **【時】**来年3/1(日) **【場】**市民文化ホール **【費】**1人500円(小・中学生100円) **【申】**10/31(金)まで・☎可・先着

味舌体育館

親子体操教室



ママやパパも一緒に楽しく運動あそびをしましょう!

【対】2歳以上の未就学児と保護者 **【時】**10/18(土)13:30～14:30 **【定】**15組(30人) **【費】**500円/1組 **【持】**室内シューズ、飲み物 **【申】**☎可・先着

【対】対象者 **【時】**日時 **【場】**場所 **【定】**定員 **【費】**費用 **【持】**持ち物 **【他】**その他 **【申】**申込み **【問】**問合せ先

お知らせ
募集

相談

健康

公民館
コミセン

スポーツ
文化

図書館

施設
教育
ほかに

高齢
福祉
障害

産業
振興

子育て

地域
市民
活動

ごみ・資源

- お知らせ／募集
- 相談
- 健康
- 公民館・コミセン
- スポーツ文化
- 図書館
- 施設催し・教育ほか
- 高齢・福祉
- 産業振興
- 子育て
- 地域活動
- こみ・資源

味生公民館

そば打ち体験講座



国産新そば粉 (300g) を使用したそば打ち体験。道具は貸し出し可

【時】10/13 (例) 10:00 ~ 12:00
 【定】10人 【費】900円 (材料費)
 【持】エプロン、三角巾、タオル、袋 (持ち帰り用)、筆記用具 【申】☎可・先着

味生公民館

ベビーマッサージとセルフケア講座



赤ちゃんと一緒にタッチコミュニケーションを学ぶ※スイートアーモンドオイルを使用

【対】4~12カ月児と保護者 【時】10/29 (例) 10:30 ~ 11:30 【定】8組
 【費】300円 【持】バスタオル、筆記用具 【他】一時保育あり (1歳以上の未就学児・要予約) 【申】☎可・先着

味生公民館

からだいききしていますか? 「麴(こうじ)となかよくなるう」



無添加柚子こしょうを作る

【時】10/30 (例) 10:30 ~ 11:30 【定】10人 【費】700円 【持】エプロン、三角巾、高さ8cmほどのジャムなどの空きビン (持ち帰り用)、筆記用具 【申】☎可・先着

味生公民館

オータムウォーク in 琵琶湖 さざなみ街道 (初級レベル)



比良山系を眺めながら湖畔ウォーク、水と花の庭園へ※雨天中止 (開催の3日前に判断)

【時】11/7 (金) 9:30 ~ 16:30 ※味生公民館に9:20に集合 (現地までマイクバスで向かいます)
 【定】16人

【費】2,100円 (昼食・保険代など)
 【申】電話不可※参加費を添えて申込み (1人1名分)・先着※10/1 (例) 9:00 ~ 受付※受付時に定員を超えている場合は抽選

新鳥飼公民館・鳥飼東公民館

合同講座 カラオケ大会



出場者を募集!みんなで楽しく歌おう

【時】11/5 (例) 13:00 ~ 15:00 【場】新鳥飼公民館 【定】20人 【申】10/20 (例) まで・☎可・先着※カラオケの音源、歌詞カードを10/20 (例) までに各館に提出

安威川公民館・千里丘公民館

合同講座 大人のための社会科見学



JA いずみの「愛菜ランド」(岸和田市) と月化粧ファクトリー (阪南市) の見学

【時】10/30 (例) 9:30 ~ 16:30 【定】各館8人 【費】1,850円 (昼食・保険代)
 【申】電話不可※参加費を添えて申込み (1人1名分)・先着※10/1 (例) 9:00 の受付開始時に定員を超えている場合は抽選

千里丘公民館

えほんのひろば



ハロウィンのお話し会と簡単な体操や工作

【対】未就学児と保護者
 【時】10/28 (例) 10:30 ~ 11:30
 【定】7組
 【申】☎可・先着

千里丘公民館

アロマを使ったリップクリームを作る



アロマを使ったお肌に優しいリップクリームを作る

【時】11/5 (例) 13:30 ~ 15:30
 【定】8人 【費】800円
 【持】エプロン
 【申】☎可・先着

千里丘公民館

簡単! マジック講座



誰でも簡単にマジックが出来る技術を学ぶ

【対】18歳以上
 【時】11/8 (例)・22 (例) 10:30 ~ 12:00 (計2回) 【定】10人 【費】1,000円
 【持】筆記用具 【申】☎可・先着

千里丘公民館

男のスパイス料理作り講座



チャナマサラとロティ (スパイシーなひよこ豆の料理と薄焼きパン)、野菜惣菜を添えて

【対】男性 (ご夫婦・親子での参加も可)
 【時】11/9 (例) 10:00 ~ 13:00
 【定】16人 【費】1,300円 (材料費)
 【申】☎可・先着



文化スポーツ課

ニュースポーツのつどい 「ゲートゴルフ大会」



スポーツ広場でゲートボール大会を開催しますぜひご参加ください

【時】11/22 (例) 9:30 ~ ※受付は9:00 ~、雨天時は、11/29 (例) に延期
 【申】11/4 (例) まで・市役所2階・文化スポーツ課、各体育館などで配布の申込書を書いて同課へ郵送、持参またはFAX



安威川公民館

大人のぬり絵講座~リラックス&リフレッシュタイム~



クリスマスカードや来年の干支 (午) のポストカードなどを作る

【時】11/7 (例)・21 (例)・12/5 (例) 13:30 ~ 15:00 (計3回) 【定】10人 【費】500円 【持】色鉛筆 (12色以上)、消しゴム 【申】☎可・先着

安威川公民館

「今さら」こそ大歓迎! NISA と iDeCo の第一歩



制度の仕組みの基礎を知る

【時】11/8 (例) 10:00 ~ 11:30
 【定】12人
 【持】筆記用具
 【申】☎可・先着

安威川公民館

安威川公民館まつり



~あいがわ れいわ ちいきのわ~
 多くの皆さまのご来館をお待ちしています

【時】①10/18 (例) ②19 (例) いずれも10:00 ~ 15:00 【他】①作品展示②オープニングファンファーレ「市吹奏楽団による演奏」、クラブオンステージ、キッズチャレンジコーナー、作品展示、キッチンカー



別府コミュニティセンター

☆べふコミセン☆ えほんのひろば

絵本の読み聞かせや簡単な体操など

【対】 未就園児と保護者、プレママ 【時】 10/3 (金)・15 (木) 10:30 ~ 11:30 (10/3 金) 11:00 ごろ～保健師によるミニ相談会あり 【定】 各5組 (10人)



△ 3日(金)情報

△ 15日(木)情報

別府コミュニティセンター

エントランスライブ♪ 円会しましょう♪

民謡や歌謡曲、童謡など、楽器の演奏に合わせてみんなで歌いましょう

【時】 10/8 (木) 12:00 ~ 12:45
【定】 おおむね 20人



別府コミュニティセンター

自転車・自動車シミュレータ 体験会

シミュレータを操作して、自転車の安全運転と自動車のエコドライブ体験

【対】 小学3年生以上 (エコドライブ体験は普通運転免許証所有者に限る)
【時】 10/9 (木) 13:45 ~ 15:45

別府コミュニティセンター

中別府・コミセン あおぞら市

中別府自治会が野菜市、焼きそばなどの模擬店を出店

【時】 10/19 (日) 10:00 ~ 13:00
※ 11:00 ごろにマジックショーあり



別府コミュニティセンター

ハロウィン 謎解き×お化け屋敷

3階ホールでお化け屋敷、2階でモノづくり体験ワークショップを開催します

【時】 10/26 (日) 11:00 ~ 16:00
【費】 300円～ (ワークショップの材料費)
【申】 お化け屋敷のみ要予約

別府コミュニティセンター

じどうセンター移動児童館 「ふわふわパーク」

クラフト、パネルシアターおよびハロウィンのイベントを楽しもう!

【対】 未就学児と保護者
【時】 10/30 (木) 10:30 ~ 11:30
【定】 10組 (20人)
【申】 ☎可・先着



鳥飼東公民館

クラシックを聴こう～ちょっと小耳にはさんだお話～

真面目な堅物、ベートーヴェンの再来か? 恩師の妻を愛してしまった、ブラームス

【時】 10/9 (木) 10:30 ~ 11:30
【定】 15人
【申】 ☎可・先着



鳥飼東公民館

ミニ盆栽の育て方講座～植え付けから四季の手入れまで～

ボケのミニ盆栽の植え付け方・育て方・花後の手入れなどを学ぶ

【時】 10/11 (土) 13:30 ~ 15:30
【定】 11人 【費】 500円 【持】 植木ハサミ、ペンチ 【申】 ☎可・先着



鳥飼東公民館

みんなでハーモニカ! 健康づくり～元気の会 鳥飼東～

みんなでハーモニカを楽しみましょう

【時】 10/20 (月) 13:30 ~ 15:30
【定】 10人
【申】 ☎可・先着



鳥飼東公民館

将棋の日 ～元気の会 鳥飼東～

初心者歓迎 みんなで将棋を楽しもう

【時】 10/27 (月) 13:30 ~ 15:30
【定】 10人
【申】 ☎可・先着



鳥飼東公民館

青年海外協力隊員が見た世界を聞く～ヨルダン編～

ヨルダンでの衣食住の体験談

【時】 11/10 (月) 13:30 ~ 15:00
【定】 15人
【申】 ☎可・先着



新鳥飼公民館

顔ヨガ講座

顔の表情筋を使い、リフトアップ効果を目指す

【時】 10/20 (月) 13:30 ~ 15:00
【定】 10人 【持】 顔全体が映る鏡、携帯電話 (スマホも可)
【申】 ☎可・先着



新鳥飼公民館

家族のための男飯講座

ハンバーグステーキや和え物、フルーツ寒天作りを体験する

【時】 11/8 (土) 10:00 ~ 13:00
【定】 10人 【費】 1,200円
【持】 エプロン、三角巾があれば持参
【申】 11/1 (土)まで ☎可・先着



新鳥飼公民館

ギター弾いてみませんか?

自分のペースで楽しむギター弾き語り講座

【時】 11/3 ~ 12/15 の月曜日 14:00 ~ 16:00 (計6回)
【定】 8人 【持】 ギター、弾きたい曲の本や譜面があれば持参 【申】 ☎可・先着



新鳥飼公民館

新鳥飼公民館まつり ～皆が集う楽しい公民館～

多くの皆さまのご来館をお待ちしています

【時】 ① 10/25 (土) ② 26 (日) いずれも 10:00 ~ 15:00 【他】 ① 作品展示、手芸体験 ② 作品展、ステージ (発表)、手芸体験、バザー、ゲームコーナー、軽食飲み物などの販売



施設催し・教育ほか

児童センター
男女共同参画センター
正雀市民ルーム
市民文化ホール (いきいきプラザ内)
国際交流協会

☎ 06 (6382) 0666
☎ 06 (4860) 7112
☎ 06 (6381) 0116
☎ 072 (635) 1404
☎ 06 (6319) 6251

お知らせ／募集
相談
健康
公民館・コミセン
・スポーツ文化
図書館
施設催し・教育ほか
高齢・福祉
産業振興
子育て
地域活動
しみ・資源

市民文化ホール

1DAY クリスマスツリーアレンジ



木の実ココロココロ、ナチュラル素材で作るアレンジリース

【時】 11/29 (土) 10:30 ~
【場】 いきいきプラザ3階・大会議室
【定】 20人 【費】 2,000円
【申】 上記QRまたは窓口・先着

市民文化ホール

くすのきキッズフェスタ



観て、描いて、作って、食べて！
今年は謎解きを初開催！

【時】 10/19 (日) 10:00 ~ 16:00
【費】 上記QRで確認
【申】 上記QRまたは窓口・先着

市民文化ホール

ジャッキー7 vol.148



桂雀喜「グレンデ」「宇宙からの脱出」、
桂文三「お楽しみ」、桂おとめ「開口一番」

【時】 10/13 (祝) 14:00 ~ ※開演は
13:30 【場】 いきいきプラザ3階・大
会議室 【費】 2,000円 【申】 当日申
込み

市民文化ホール

第38回摂津市民カラオケ大会 出場者募集



あなたの歌声をお聴かせください
ご参加をお待ちしています

【対】 市内在住、在学、在勤の人
【時】 12/7 (日) 10:00 ~ 【定】 80組
【費】 3,000円 (デュエット 6,000円)
【申】 上記QRまたは窓口・先着

市民文化ホール

第150回記念ジャッキー7



記念すべき150回目は文化ホールで開催

【時】 来年2/14 (土) ※開演は 14:00
【費】 2,500円
【申】 10/12 (日) 10:00 ~

産業振興課

三市一町合同就職フェア 参加企業募集



「三市一町合同就職フェア」に参加し、求職者との面接を実施する企業を募集します
【時】 来年1/21 (水) 【場】 コミュニティプラザ 【申】 10/31 (金)まで・上記QRから取得可の面接会申込票を書いて、市役所4階・産業振興課へ提出

男女共同参画センター

ココロをつなぐヒストリー ~ゆるっと17年やってみた!~



ハート to ハンドメイドの会にこれまでの歩みとDV防止タペストリー制作にかけた思いを聞く

【時】 11/15 (土) 10:00 ~ 12:00
【定】 30人 【他】 一時保育あり (1歳以上の未就学児・11/10 (月)までに要予約) 【申】 10/2 (水)から・☎可・先着

児童センター

ハロウィンランド



ハロウィンにちなんだコーナーあそび、クラフト、シアターなど

【対】 未就学児と保護者
【時】 10/31 (金) 10:00 ~ 12:00

児童センター

秋まつり



リコーダークラブによる演奏や模擬店、子どもバザー、お化け屋敷など

【対】 未就学児と保護者、小学生
【時】 11/1 (土) 14:00 ~ 16:00
【費】 50円~ (模擬店)

正雀市民ルーム

やさしい英会話教室



ネイティブの先生による人気の英会話教室です。初心者大歓迎、体験希望も受付中

【対】 30歳以上 【時】 10/1 ~ 12/17の水曜日 ▶スタンダードコース① 10:00 ~ ② 11:00 ~ ▶基礎コース 12:30 ~ (各50分・計9回) 【定】 若干名 【費】 9,000円 【申】 ☎可・先着

正雀市民ルーム

ハッピーヨーガ教室



心身ともにリラックス&リフレッシュ
体験希望も受付中

【時】 10/9 ~ 12/25 の木曜日 14:00 ~ 15:30 (月3回・計9回) 【定】 若干名 【費】 9,900円 【持】 ヨガマット (バスタオル可)、飲み物 【申】 ☎可・先着

正雀市民ルーム

からだの歪み・バランス改善教室



ゆっくりとじっくりと体を整え、機器を使って体を測定する。体験希望も受付中

【時】 10/14 ~ 来年3/24 の火曜日 10:00 ~ 11:30 (月2回・計12回) 【定】 若干名 【費】 9,600円 【持】 ヨガマット (バスタオル可) 【申】 ☎可・先着

男女共同参画センター

ぽてとひろば ~親子でほっこり~



保護者同士の交流など

【対】 未就学児と保護者
【時】 10/16 (木) 13:00 ~ 15:30

男女共同参画センター

ニュースをジェンダーの視点から読み解く



メディアとジェンダーについて、ワークショップ形式で学ぶ

【時】 10/18 (土) 10:00 ~ 12:00 【定】 25人 【他】 一時保育あり (1歳以上の未就学児・10/12 (日)までに要予約) 【申】 10/2 (水)から・☎可・先着

男女共同参画センター

つどい場「輪」のスマイル広場 ~100歳まで元気カフェ~



体操や笑いヨガ、脳活性化ゲームで元気度アップ!

【時】 10/18 (土) 13:30 ~ 15:30
【費】 100円 (お茶代)
【他】 健幸マイレージ対象

男女共同参画センター

ほめたいね♡とおしゃべりしながら作ろう!!



粘土と和紙を使って、玉ねぎのオブジェを作る

【時】 11/1 (土) 10:00 ~ 12:00
【定】 10人 ※こどもの同室可
【費】 500円 (材料費)
【申】 10/2 (水)から・☎可・先着

男女共同参画センター

go=enのハンドメイド教室



・本物!?!みたいな粘土クッキーを作ろう
・ワンちゃんカゴ作り

【時】 11/1 (土) ① 13:30 ~ 14:30
② 15:00 ~ 16:00 【定】 各20人 ※こどもの同室可 【費】 700円~ (材料費) 【申】 10/2 (水)から・☎可・先着

男女共同参画センター

「発達が気になる子どものための親子広場



子育ての悩みを話して情報交換

【対】 発達が気になる子どもの親・親子
【時】 11/7 (金) 10:00 ~ 12:00

【対】 対象者 【時】 日時 【場】 場所 【定】 定員 【費】 費用 【持】 持ち物 【他】 その他 【申】 申込み 【問】 問合せ先

※申込みは原則1日から受付開始

※特に記載のない場合、対象は市内
在住・在勤・在学者、申込み不要

摂津市役所

☎ 06 (6383) 1111 (大代表)

☎ 072 (638) 0007 (代表)

施設催し・教育ほか

国際交流協会

Hola!メキシコの文化に触れよう



日本ではあまり知られていないメキシコの歴史、文化、言語を分かりやすく紹介
【時】10/30(木)13:30～15:00【場】コミュニティプラザ2階・会議室1、2【定】25人【申】☎06(6319)6251または☒office@settsu-saie.org・先着

国際交流協会

子ども英語



アメリカ人講師から楽しく英会話を学ぶ

【対】①ホップクラス=4歳～未就学児
②ジャンプクラス=小学4～6年生
【時】10/10～来年3/13の隔週金曜日①15:30～16:15②17:30～18:20(各計10回)
【場】コミュニティプラザ2階・子どもルーム2または講座室5
【定】若干名
【費】5,000円※年会費1,000円
【申】☎06(6319)6251・先着・多数のとき抽選

コミュニティプラザ

アートギャラリーコンサート



エルフェフオントーンによるヘルマンハーブの演奏
【時】10/25(土)12:00～12:45
【問】コミュニティプラザ☎06(4860)9300へ

摂津市商工会

事業承継セミナーを開催



未来へ繋ぐための経営戦略についてわかりやすく解説
【時】10/1(水)・8(水)14:00～16:00
※各日16:00以降に個別相談あり(要予約)※WEB参加も可【定】15人
※WEB30人・先着【問】同会☎06(6318)2800へ

摂津市商工会

鳥飼なすワングランプリ2025結果発表

鳥飼なすワングランプリ2025のグランプリを発表します
【他】「café & salon Earth」が見事グランプリに輝きました。提供料理は、「鳥飼なすのステーキ」と「鳥飼なすの甘麴スパイスキーマカレー」【問】同会☎06(6318)2800へ

生涯学習課

ふるさと摂津講座



ふるさと摂津案内人とめぐる一津屋地区の歴史散策～昔懐かしい芝居小屋の旧一津屋公会堂～
【時】10/8(水)10:00～12:00※集合はモノレール南摂津駅前ロータリー、雨天中止【定】20人【他】歩きやすい服装【申】☎可・先着

生涯学習課

ペットボトルアート参加者を募集



生涯学習フェスティバルのペットボトルアートコンクールに参加する団体を募集します
【時】11/15(土)
【場】大正川河川敷【定】20団体
【申】10/15(水)まで・☎、FAXまたは☒・先着

環境政策課

Eライフ講座

地球温暖化対策 家庭のエネルギーを見直そう エコライフのすすめ
【時】10/16(木)13:30～15:00
【場】上下水道部庁舎・中会議室
【定】15人
【申】10/15(水)まで・☎可・先着

ワークサポートたかつき

マザーズ WEEKS 就職支援セミナーを開催



「就職支援セミナー」は、仕事も子育ても頑張りたい人を応援するセミナーです
【対】子育てをしながら就職を希望する人など、仕事と家庭の両立を希望する求職者
【時】①10/17(金)②10/24(金)いずれも10:30～12:00
【場】クロスパル高槻5階視聴覚室(高槻市紺屋町1-2)【定】各30人
【他】▷セミナー内容①「ワークライフバランスを叶えるAI入門講座～家事も育児もスキルアップも!ぜんぶ味方にする生成AI活用術～」②「私らしく働こう!再就職準備セミナー」▷一時保育あり(10/9(水)までに要予約)【申】10/3(金)～・☎072(684)1112・先着

大阪府実行委員会事務局

「全国豊かな海づくり大会」1年前イベントを開催



大阪で初めて開催する当該大会の機運を高めるため、1年前イベントを開催!
【時】10/26(日)①9:30～=式典行事②11:30～=海上歓迎・放流行事(各30分)
【場】①南海浪切ホール 祭りの広場②府営りんくう公園 シーサイドウォーク【問】同事務局☎06(6210)9612へ

社会福祉協議会

あったか近所サポーター養成講座(第2回)



講座内容は「趣味や特技を活かした活動について」
【時】10/21(水)14:00～15:30
【定】20人【申】社会福祉協議会☎06(4860)6460または申込フォーム上記QR・先着

せんだん鳥の市実行委員会 せんだん鳥の市2025



買い物、グルメ、遊びコーナーなど
【時】10/26(日)10:00～14:00【場】せんだん公園(鳥飼上3丁目)【問】せんだん鳥の市実行委員会事務局(社会福祉協議会)☎06(4860)6460へ



暮らしのワンポイント

問合せ

消費生活相談ルーム(産業振興課内)

広告と全然違う!代引きを利用した通販トラブルに注意!

【事例】大手家電メーカーのロゴがついたポータブルファンヒーターをネット広告で見つけて代引き配達で注文。届いたものはメーカーと無関係の粗悪品だった。返金してほしいが、注文した販売サイトは、一度閉じると再アクセスができない、いわゆる「詐欺サイト」だったため、連絡先が分からなくなりました。

【アドバイス】販売サイトと連絡が取れない場合であっても、代引き配達をした宅配業者に返金を求めることはできません。販売サイトの連絡先がわからない場合、送り状に「依頼主」として記載された業者に連絡ができれば、業者が返金の話し合いに応じることがあります。

トラブルにあわないよう注文前に販売サイトの住所、連絡先など、怪しいところがないかよく確認しましょう。

【対】対象者 【時】日時 【場】場所 【定】定員 【費】費用 【持】持ち物 【他】その他 【申】申込み 【問】問合せ先

お知らせ
募集

相談

健康

公民館
コミセン

スポーツ
文化

図書館

施設催し
教育ほか

高齢
福祉
障害

産業
振興

子育て

地域
活動

ごみ
資源



- お知らせ / 募集
- 相談
- 健康
- 公民館・コミセン
- ・スポーツ・文化
- 図書館
- 施設・教育
- 高齢・福祉
- 産業振興
- 子育て
- 地域活動
- ごみ・資源

市民図書館

市民図書館改修工事に伴う休館 来年 2 月 27 日(金)まで

トイレ、配水管、電気配線などの改修のため、長期間休館します。期間中、安威川公民館内に臨時窓口を設け、下記のサービスを継続します

【図書館臨時窓口受付時間】

平日 9:30～20:00 ※ (土)日(祝) 9:30～18:00
 ※ 10/12 (日)～19 (日)は臨時窓口を閉鎖。この期間中、市民図書館正面入り口にて、平日 9:30～19:50 (土)日(祝) 9:30～17:50 の時間帯で予約資料の貸出のみ対応します

【提供サービス】

▷ 予約資料、新刊資料の貸出 ▷ 本の予約、レファレンス対応
 ▷ 本の返却 ▷ 当日の新聞、最新号雑誌 (一部) の閲覧
 ※ 下記該当日は、上記のサービスは提供できません
 ▷ 第 1・第 3 月 (国民の祝日と重なるときは翌日以降の平日)
 ▷ 第 4 月 ▷ 年末年始



鳥飼図書センター

蔵書点検に伴う休館

蔵書点検のため、鳥飼図書センターを休館します



【時】 10/20 (月)～23 (木) ※ 鳥飼図書センター 3 階・学習室および貸室は、21 (火)～利用可

【他】 休館中は、貸出期間や予約取置期間が変更になります ※ 詳細は上記 QR へ

鳥飼図書センター

鳥飼図書センター休館前貸出増冊キャンペーン

鳥飼図書センター限定で、10/20 (月)～23 (木)の休館前に、貸出冊数を増冊します



【時】 10/7 (火)～19 (日) 【他】 20 冊まで貸出可能

映画会

定員制で実施
 ※詳細は各館へ

市民図書館

休館中 (来年 2/27 (金)まで) は映画会はお休みします

鳥飼図書センター 毎週 13:30～

5日 脇役物語 (一般向け)

12日 宮西達也劇場 おまうまそうだな Vol.1 (子ども向け)

19日 はたらく細胞 1 Vol.3 (子ども向け)

26日 トムとジェリー ジェリー街へ行く (子ども向け)

おはなし会

市民図書館

* おはなし玉手箱 (約 30 分)

【時】 10/5 (日)・12 (日)・26 (日) いずれも 11:00～

【場】 安威川公民館 1 階・講座室 1

鳥飼図書センター

* 絵本と紙芝居のおはなし会 (約 20 分) 毎週 14:30～

市民図書館

出張図書館

大人から子どもまで楽しめる本をお持ちします
 お気軽に立ち寄りください

【時】 10/4 (土)・25 (土) 10:00～16:30

【場】 市民文化ホール 1 階・展示室



市民図書館

特別出張おはなし会

絵本の読み聞かせや手遊びなど

【時】 10/7 (火)・14 (火)・21 (火)・28 (火) 11:00～
 (30 分程度)

【場】 コミュニティプラザ 1 階・絵本ルーム

※ 10/21 (火)は子どもルームで



市民図書館

せつつ電子図書館・インターネット 予約個別相談会

せつつ電子図書館やインターネット予約を利用したことがない人向けの個別相談会を開催します

【時】 図書館臨時窓口受付時間 (平日 9:30～

20:00 ※ (土)日(祝) 9:30～18:00) にて随時開催

【場】 安威川公民館 1 階・ロビー

【持】 スマートフォン、タブレット



市民図書館・鳥飼図書センター

わくわくブックライブラリー

「くすのきキッズフェスタ」に摂津市立図書館も参加します！出張図書館やおはなし会を実施

【時】 10/19 (日) 10:00～16:00

【場】 市民文化ホール 2 階・練習室 2



鳥飼図書センター

ハロウィンガチャガチャ

本を借りると、ガチャガチャを回すことができます

【対】 小学生以下

【時】 10/19 (日)まで



鳥飼図書センター・電子図書館

テーマ展示

話題の事柄や季節に合わせてテーマを設定し、関連する図書を展示

【鳥飼図書センター】 = 読書週間に読みたい「本の本」 = 10/31 (金)まで

【電子図書館 (オンライン型の図書館サービス)】 = 芸術が気になる秋です = 10/31 (金)まで





ペン習字講座

～美文字を書くコツを学びます～



問合せ 老人福祉センターせつつ桜苑へ

印象をアップする美しいペン字を学びませんか?
日時 10月15日～12月24日の隔週水曜日
 午前10時～11時半(計6回)
場所 老人福祉センター せつつ桜苑
定員 10人(先着) **持ち物** 筆ペン
申込み 同苑☎072(632)0316へ(月)は休館
 申込フォーム(上記QR)からも可



初めてみよう!中国語

～一緒に楽しく学びましょう!～



問合せ 老人福祉センターせつつ桜苑へ

対象 60歳以上
日時 10月23日～12月25日の木曜日
 午前10時～正午(計10回)
場所 老人福祉センターせつつ桜苑 **定員** 16人
教材費 1,800円 **持ち物** 筆記用具
申込み 同苑☎072(632)0316へ(月)は休館
 申込フォーム(上記QR)からも可(先着)



認知症サポーター養成講座

～介護の日イベントでの講座～



問合せ 高齢介護課へ

認知症の基礎知識と予防法、認知症の人との接し方を学びます。
日時 11月9日(日)午前10時半～12時
場所 コミュニティプラザ2階・研修室1
定員 12人(先着)
その他 健幸マイレージ対象
申込み 同課へ(☎可) 上記QRからも可



高齢者向けスマートフォン講座

～介護の日イベントでの講座～

問合せ 高齢介護課へ

対象 65歳以上
場所 コミュニティプラザ2階・研修室1
定員 12人(先着) **申込み** 同課へ(☎のみ)

日程	時間	内容
11月9日(日)	①午後0時半～1時半	LINE、QRコード
	②午後2時～3時	Googleレンズ、音声アシスタントなど



ふれあい入浴

～生きがいと健康づくりのために～

問合せ 高齢介護課へ

公衆浴場で、健康増進と世代を超えた交流・ふれあいが図れます。
対象 小学生以下と65歳以上
日時 10月19日(日)午後4時～9時
場所 ヘルシーバス千里丘(香露園27-2)
持ち物 氏名・連絡先を書いたメモ、シャンプー、石鹸、タオルなど入浴に必要な物



高齢者交流入浴

問合せ 高齢介護課へ

高齢者同士が入浴を通じて交流を深め、認知症や介護の予防につなげるための事業です。お気軽にご利用ください。
対象 65歳以上
持ち物 シャンプー、石鹸、タオルなど入浴に必要な物
申込み 各施設へ(☎可) 下表①②=開催日の3日前まで、③=希望日の3日前まで

	場所	日時
①	とりかい白鷺園 (鳥飼中1丁目) ☎072(654)5094	毎週日曜日 午後2時～5時
②	摂津特養ひかり (鳥飼八防2丁目) ☎072(650)1300	毎月第3日曜日 午後2時～4時半
③	摂津いやし園 (鳥飼下1丁目) ☎072(650)3301	予約時に相談



たちより体操タイム

～子どもと一緒に体操してみませんか～

問合せ べふこども園☎06(6349)5500へ

高齢者(おおむね65歳以上)と乳幼児が一緒に体操します。事前申込みは不要です。お気軽にご参加ください。

場所	日時
べふこども園	10月27日(日) 午前10時～10時15分

お知らせ
募集

相談

健康

公民館
コミセン

スポーツ
文化

図書館

施設
教育
ほかに

高齢
障害
福祉

産業
振興

子育て

地域
市民
活動

ごみ
資源

お知らせ
 募集
 相
 談
 健
 康
 公
 民
 セ
 ン
 ・
 ス
 ポ
 ー
 ツ
 図
 書
 館
 施設
 催
 し
 教
 育
 ほ
 か
 高
 齢
 ・
 障
 害
 福
 祉
 産
 業
 振
 興
 子
 育
 て
 地
 域
 活
 動
 一
 覧
 資
 源



せつつにっこりカフェ ～仲間と出会い気軽に交流～

問合せ 地域包括支援センターへ

認知症の人や家族が、気軽に語り合える交流会です。共感し合える場だからこそ、日ごろ話づらいことも安心して話せます。「同じ境遇の人と話せて気持ちが楽になった」と感じた人の声も。初めての人もお気軽にご参加ください。

対 者 認知症、若年性認知症の人
 ※家族も参加可
日 時 10月27日(月)午前10時～11時
場 所 地域福祉活動支援センター4階
その他 健幸マイレージ対象
申込み 同センター ☎ 06 (6383) 1377 へ



聴覚障害者・視覚障害者向け スマホ講習会

問合せ 障害福祉課へ

対 象 市内在住の聴覚障害者・視覚障害者
場 所 コミュニティプラザ・会議室3 **定員** 各4人
申込み J:COM スマホ講習会 ☎ 0120 (504) 263 または「氏名」「希望日時」「連絡先」を記入して FAX 06 (7178) 1413・先着
 ※手話通訳の予約は2週間前まで

対象	日時	内容
聴覚障害者	10月10日(金)	基礎 =午前10時～正午
	11月21日(金)	
視覚障害者	10月14日(火)	応用 =午後1時半～3時半
	11月28日(金)	



重度障害者等福祉金

問合せ 障害福祉課へ

対 象 ①～④すべてに該当する人
 ①身障手帳1・2級、療育手帳A・B1、精神障害者保健福祉手帳1・2級、特定医療費(指定難病)受給者、特定疾患医療受給者、小児慢性特定疾病医療受給者、特別児童扶養手当受給者から監護または養育を受けている障害児②1年以上摂津市に住居登録がある③非課税世帯④生活保護を受けていない

支給額 年額1.2万円※1年間に延べ30日以上入院した場合は1.2万円をさらに上乗せ
申 請 来年3月31日(火)までに、障害福祉課へ



ステンシルバッグ作り体験会 ～1日限定の特別なイベントです～

問合せ 老人福祉センターせつつ桜苑へ

コットンバッグに、かわいいイラストのデザインをペイントします。丁寧な指導で初心者でも簡単に描けます。ぜひご参加ください。

日 時 10月22日(水)午前10時～11時半

場 所 老人福祉センター
 せつつ桜苑

定 員 10人(先着)

材料費 500円

持ち物 エプロン

申込み 同苑 ☎ 072 (632) 0316 へ (月)は休館
 申込フォーム(上記QR)からも可



認知症サポーター ステップアップ講座

問合せ 高齢介護課へ

座学、グループワークなどを通じて、認知症に関する実践的な知識や対応方法を深めます。地域の支援活動への参加などを旨とした講座です。

対 象 認知症サポーター養成講座修了者

日 時 10月28日(火)・11月4日(火)午後1時半～3時半(計2回)

場 所 コミュニティプラザ2階・会議室1、2

定 員 20人(先着)

その他 健幸マイレージ対象※計2回参加で付与

申込み 高齢介護課へ(☎可)
 申込フォーム(上記QR)からも可



大阪府高齢者大学校 「2026年度受講生募集」

問合せ 同大学校 ☎ 06 (6360) 4471 へ

歴史、語学、教養、自然、美術、健康、音楽、探訪など、計62科目を学びます。

期 間 令和8年4月～令和9年3月

受講料 年額60,000円※特別教室費や教材費・校外学習・実習などの費用が別途必要

申込み 10月14日(火)～11月14日(金)午後3時に、募集案内冊子(市役所1階・高齢介護課、認定NPO法人大阪府高齢者大学校で配布)同封の申込書を同大学校へ持参または郵送

同大学校HP(上記QR)からも可

とりのかい遊育園 ☎ 072 (654) 5093
 とりのかいひがし遊育園 ☎ 072 (654) 8041
 あとりえらぼ遊育園 ☎ 06 (6382) 0322
 せつつ遊育園 ☎ 06 (6382) 0307
 NPO 法人キッズぽてと (ちいさなおうち) ☎ 06 (7503) 2515

摂津ひかり保育園 ☎ 072 (650) 0123
 摂津ひかり幼稚園 ☎ 072 (654) 1711
 正雀愛育園 ☎ 06 (6382) 2600
 一津屋愛育園 ☎ 06 (6340) 2107
 千里丘愛育園 ☎ 06 (6387) 7172



エンゼルひろば
赤ちゃんあつまれ
 絵本、ふれあい遊び、親子の交流

【対】 ① 1カ月～5カ月児と保護者
 ② 1歳未満児と保護者
【時】 ① 10/2 (木) ② 10/16 (木) = いずれも 14:30～15:30

NPO 法人キッズぽてと
「絵本読み聞かせ隊 おおきななかぶ」の絵本講座
 親子で楽しむ絵本ひろば

【対】 未就学児と保護者
【時】 10/9 (木) 10:00～12:00
【定】 10組 **【持】** 好きな絵本1冊
【申】 ☎可・先着

あとりえらぼ遊育園
保育体験 アソビコミを体験しよう!
 夢中になって遊びながら、学びへとつながる保育を体験※各日2組 (先着)

【対】 1～5歳児と保護者 **【時】** 1歳児 = 10/14 (木)・28 (木)、2歳児 = 15 (木)・29 (木)、3～5歳児 = 9 (木)・27 (月) いずれも 9:30～11:00 **【申】** 10/2 (木) から・☎可・先着

かるがも広場
赤ちゃんあつまれ
 絵本、ふれあい遊び、親子の交流

【対】 1歳未満児と保護者
【時】 10/3 (金)・17 (金) 14:30～15:30

NPO 法人キッズぽてと
キッズぽてとの「親子ひろば」
 親子の交流の場

【対】 未就学児と保護者
【時】 10/14 (木) 10:00～12:00
【場】 こらぼハウスそら (三島 2-1-17)

あとりえらぼ遊育園
【地域キラクリ】あかちゃんハロウィンパーティー!
 ベビーマッサージ、衣装作りとフォトグラファーの本格ブース撮影※データ付き

【対】 2カ月～2歳児と保護者
【時】 10/15 (木)・30 (木) 9:45～11:15
【定】 各5組 **【費】** 2,500円
【申】 インスタ (上記QR) のDMから

かるがも広場 子育て講座
「こころ」と「からだ」を育てる楽しい遊び
 発達を促す遊びのヒントを学ぶ

【対】 6カ月～3歳児と保護者 **【時】** 11/6 (木) 10:00～11:30 **【場】** 別府コミュニティセンター **【定】** 20組 **【申】** 10/31 (金) まで・上記QRから・先着

NPO 法人キッズぽてと
くるくる市
 ベビー用品、子ども服などのリサイクル品の提供

【時】 10/18 (木) 10:00～15:30
【他】 駐車場は使用できません、徒歩または自転車でお越しください

あとりえらぼ遊育園
土曜日カフェ～勤労感謝の日のプレゼント作り～
 地域の人が集まれる楽しいスペース

【対】 未就学児と保護者・地域の人
【時】 10/25 (木) 10:00～13:00

摂津ひかり保育園
赤ちゃんの日
 ベビーマッサージ・身体測定・看護師の話など

【対】 2カ月～歩き始める前の子と保護者 **【時】** 10/9 (木) 10:00～12:00
【定】 10組 **【費】** オイル代100円
【申】 ☎可・先着

とりのかいひがし遊育園
遊育園給食体験
 インスタグラム (上記QR) で紹介中 ※離乳食・アレルギー対応不可

【対】 未就園児と保護者
【時】 10/6 (月)・14 (木)・20 (月)・27 (月)
【定】 各5組 **【費】** 100円 **【申】** ☎可・先着

正雀愛育園
園庭開放
 園庭の遊具や砂遊び、ボールなどで遊びます※雨天中止

【対】 未就園児と保護者
【時】 10/4 (木)・11 (木) 10:15～11:15
【持】 帽子、飲み物、汚れても良い服装で参加

摂津ひかり保育園
ハーフバースデー会
 足形スタンプ、身体測定、保護者の交流、赤ちゃん専門のフォトグラファー撮影会

【対】 令和7年4月生まれの子と保護者 **【時】** 10/23 (木) 10:00～12:00
【定】 5組 **【費】** 1カット550円～
【申】 ☎可・先着

せつつ遊育園
楽しいランチタイム
 お弁当を持参して、みんなで楽しいランチタイム

【対】 未就園児と保護者1人まで
【時】 10/3～31の金曜日 12:00～
【定】 各4組
【申】 ☎可・先着

正雀愛育園
親子教室
 絵本・手遊び・ふれあい遊び・製作など

【対】 R5/4/2～R6/9/30生まれの子と保護者 **【時】** 10/21～12/9の火曜日 10:20～11:00 (計6回) **【定】** 6組
【申】 10/3 (金) 15:00まで・☎可・先着

広報課
うちの子せつつの子写真募集中
 せつつのお子さんの写真を広報紙に掲載してみませんか。

【対】 市内在住の3歳以下の子
【申】 申込みフォーム (上記QR) から

せつつ遊育園
育児相談
 言語聴覚士と臨床心理士が育児に関する相談に応じます

【対】 未就園児と保護者
【時】 10/15 (木)・24 (金) 10:30～11:00

正雀愛育園
公園保育
 三島荘公園で、ボールやしゃぼん玉遊びを楽しみます※雨天中止

【対】 未就園児と保護者
【時】 10/29 (木) 10:30～11:00
【場】 三島荘公園 **【申】** 申込不要、直接公園にお越しください

【対】 対象者 **【時】** 日時 **【場】** 場所 **【定】** 定員 **【費】** 費用 **【持】** 持ち物 **【他】** その他 **【申】** 申込み **【問】** 問合せ先

お知らせ / 募集 / 相談 / 健康 / コミセン / スポーツ / 図書館 / 施設教育 / 高齢福祉 / 産業振興 / 子育て / 地域活動 / ひとみ資源



- お知らせ／募集
- 相談
- 健康
- 公民館・セン
- スポーツ文化
- 図書館
- 施設催し・教育ほか
- 高齢・福祉
- 産業振興
- 子育て
- 地域活動
- ごみ・資源

摂津ひかり幼稚園

マンスリーフォト DAY



子どもの成長の記念写真撮影、ハーバースデーの手形アートやフォトブース

【対】 満1歳までの子と保護者
【時】 10/24(金) 10:00～15:00
【持】 一緒に撮りたいファーストイなどがあれば持参

摂津ひかり幼稚園

英語で遊ぼう



ネイティブの先生たちによるハロウィーンの英語劇やソングなど

【対】 未就学児と保護者
【時】 10/30(木) 13:00～13:45
【定】 30組 **【持】** スリッパ **【他】** 仮装での参加可 **【申】** ☎可・先着

一津屋愛育園

赤ちゃん運動会



歌、体操、ハイハイ競争、触れ合い遊びなど

【対】 0、1歳児と保護者
【時】 10/17(金) 10:00～10:45
【定】 12組 **【申】** 10/6(月)から・☎可・先着※空き枠あれば当日予約可

一津屋愛育園

ミニミニ運動会



体操、かけっこ、玉入れ、サーキットあそびなど

【対】 歩ける子と保護者
【時】 10/22(木) 10:00～10:45
【定】 12組 **【申】** 10/6(月)から・☎可・先着※空き枠あれば当日予約可

千里丘愛育園

親子で遊ぼう 「ミニ運動会」



親子で楽しく運動遊び

【対】 未就園児と保護者
【時】 10/16(木) 10:00～11:00
【定】 30組
【申】 9/16(火) 13:00～・☎可・先着

千里丘愛育園

親子で作ろう 「ハロウィン」



ハロウィンにちなんだ製作を楽しむ

【対】 未就園児と保護者
【時】 10/23(木) 10:00～11:00
【定】 10組
【申】 10/1(火) 13:00～・☎可・先着

子育て総合支援センター

親子体験教室

3歳児クラスの子と保護者が集団遊び・制作などを楽しむ

【時】 10/15(火)～17(金) 9:50～11:30
※17(金)は給食後まで(計3日) **【定】** 3歳児＝2組 **【申】** 10/3(金)まで・☎のみ(10:00～16:00)・多数のとき抽選

べふこども園

親子体験教室

2、3歳児クラスの子と保護者が集団遊び・制作などを楽しむ

【時】 10/14(火)～17(金) 9:30～11:00
※17(金)は給食後まで(計4日) **【定】** 2歳児＝2組、3歳児＝4組 **【申】** 10/3(金)まで・☎のみ(10:00～16:00)・多数のとき抽選

とりかい遊育園

専門講師による リトミック運動教室

音楽に合わせて楽器や運動用具などを使って楽しく体を動かす

対象者	日時	定員
7カ月未満児	10/27(日) 10:00～10:30	6組
7カ月～1歳未満児	10/27(日) 10:35～11:05	10組
1歳児	10/9(水)・23(水) 10:00～10:35	10組
2歳児以上	10/9(水)・23(水) 10:40～11:15	10組

【費】 500円(初回無料)
【他】 いずれも保護者同伴
【申】 前日まで・☎可・先着

とりかい遊育園

赤ちゃんの日

ベビーマッサージ、手遊び、離乳食の話

【対】 1歳前後の子と保護者
【時】 10/20(月) 10:00～11:00
【費】 オイル代100円
【申】 前日まで・☎可

とりかい遊育園

とりかいパーク ～ハロウィンごっこ～

思い思いに仮装してとりかいパークに集まる

【対】 未就園児と保護者
【時】 10/30(木) 10:00～11:00
【申】 前日まで・☎可

プレママ・パパ向けイベント

タイトル	とき	ところ	対象・定員
① プレママサロン	10/17(金) 14:00～16:00	地域子育て支援センター	妊娠中の人とそのパートナー
② パパママ講座「生まれてくる赤ちゃんのこと教えます」	10/26(日) 9:30～11:00	ちいさなおうち	妊娠中の人とそのパートナー・6組

申込み ①上記QRまたは出産育児課へ(☎可)
②NPOキッズぽとへ(☎可)

公立こども園 「園庭であそぼ」

親子で遊べる園庭開放を実施中。※詳細は右記QRへ



子育てサロン

(申込み不要・費用無料)

市内7カ所で開催中!※詳細は右記QRへ



健康診査・講習会・相談

問合せ
出産育児課へ

種別(対象)	実施日時
① 4か月児健診(R7.5後半～R7.6月前半生まれ)	10/10(金)・15(日) 午後
② 1歳6か月児健診(R6.3月生まれ)	10/9(水)・23(水) 午後
③ 2歳6か月児歯科健診(R5.3月生まれ)	10/28(火) 午後
④ 3歳6か月児健診(R4.3月生まれ)	10/7(火)・21(火) 午後
⑤ 離乳食講習会(4か月～6か月児の保護者)	10/24(金) 10:30～12:00
⑥ 後期離乳食講習会※一時保育あり(8か月～11か月児の保護者)	10/21(火) 10:00～12:00

①～④対象者に案内送付。変更は要連絡。⑤⑥要申込み(上記QRまたは同課へ・☎可) **場所** 保健センター(南千里丘5-30)

NPO 法人の皆さまへ

自らに関する情報をできるだけ公開することによって、市民の信頼を得て、市民によって育てられていくべきとの考えから、次の書類を提出してください。

■事業報告書等の提出について

前事業年度の事業報告書等を、毎事業年度終了後3カ月以内に作成し、市に提出してください。実質的に活動できなかった場合でも、事業報告書等の作成と提出を行って

ください。
提出期限を過ぎても提出がない場合は、提出の督促や過料を課す場合があります。また、3年以上にわたり提出がなければ、法人認証の取消対象になります。

■役員変更等届出書の提出について（2年に一度）

2年以内（定款で定めている期間（任期））ごとに役員の変更を行ってください。
役員全員が「再任」の場合でも「役員変更等届出書」

を提出してください。また、役員の名、住所または役職に変更があった場合も提出してください。

■貸借対照表の公告について

平成28年の特定非営利活動促進法の改正（平成30年10月1日施行）により、毎事業年度終了後に貸借対照表の公告が義務化されました。各法人の定款の「公告の方法」の条を確認していただき、毎事業年度終了後に速やかに公告手続きをお願いします。



自治会の活動だより

ペットボトルアートへの参加

《味舌東地区・安威川町会》



令和6年11月16日に開催された「ろうそくファンタジー」に、安威川町会として初めてペットボトルアートで参加しました。

震災から30年を迎えた阪神・淡路地域とともに能登の復興を願い、アンパンマンをモチーフにしたペットボトルアートを制作しました。残念ながら入賞は逃しましたが、たくさん子どもたちから作品に対して声をかけてもらい、制作した甲斐がありました。

このイベントでは、会員同士が和気あいあいと共同作業に取り組み、楽しく過ごせました。これからも、この活動が自治会の活性化につながっていけばと期待します。

～つながりのまち摂津をみんなで育もう～

自治会活動に参加しませんか

問合せ 自治振興課 ☎ 06 (6383) 1357 へ

市民活動のひろば

Everyone's plaza

◆ 催し情報 ◆

◆ 芋ほり・野外料理一日体験

10月26日(日)午前9時～午後2時に、慶徳寺(東正雀14-6)で ※小雨決行・雨天の場合は11月2日(日)に延期／対象は年中～小学4年生／定員10人／持ち物は、スコップ、米一合(小雨時は長靴、カッパも)／要申込み(19日(日)までに、下記QRまたはメールから・先着)／日本ボーイスカウト摂津第一団・上西 ☒ boyscouts.settsu1@gmail.com

申込みはこちらから



◆ 歴史散歩(日帰りバス旅行)「華岡青洲の里と根来寺を散策します。紅葉の紀の国を楽しみませんか？」

11月19日(水)午前9時～午後5時に、華岡青洲の里

と根来寺へ／定員40人／参加費8,000円(食事代含む)／要申込み(10月20日(月)～31日(金)の間に、氏名・住所・年齢・電話番号を書いてFAXで)／摂津市文化財愛護会・寺田 ☎ 072(654)5709 (FAX 共通)

◆ みんなあつまれ! チャレンジカーニバル せつつ こどもオリンピック「30m競走、いろはカルタ、豆運びの3種目を各学年ごとに競技する」

11月24日(祝)午後0時半～4時半に、第三中学校で／対象は小学生／定員各学年50人／要申込み(10月19日(日)までに、下記QRから)／摂津市青少年指導員連絡協議会・武村 ☎ 090(5906)6490

申込みはこちらから



— 掲載申込み —

市内公共施設に設置の申込書(市ホームページからも取得可)を書いて、掲載希望号発行日の前々月25日(土日祝の場合はその翌日)までに自治振興課(市役所2階)へ(先着)

問合せ 同課 ☎ 06(6383)1357 へ

● 会員募集 ●

● 花月の会(裏千家茶道)「花月を和気あいあいと楽しく学んでいます。見学歓迎」

毎月第4火曜日午後1時～5時に、正雀市民ルームで／会費月2,500円／池田 ☎ 090(6606)7651



● 金曜カラオケ同好会「先生に習いながら、楽しく歌いませんか？」

毎月第1・第3金曜日午後1時～4時に、いきいきプラザで／対象は60歳以上の女性／入会金500円、会費月1,000円／坂東 ☎ 080(6175)2792

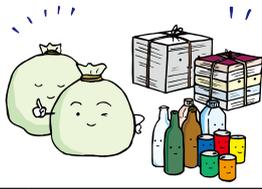
遊んで、食べて、作って、学ぶ。家族でも楽しめるイベントがたくさん

摂津市イベントナビを使ってみませんか？

「摂津市イベントナビ」は、市内で開催されるイベント情報を集約したサイトです。「地域」や「カテゴリー」、「開催月」ごとに、どのようなイベントがいつ開催されるのか、簡単に検索することができます。気になるイベントを見つけて、市内のお出かけを楽しんでみませんか？



◀ はこちらから



令和7年

10月のごみ・資源収集日程



問合せ 環境業務課 ☎ 072 (634) 0210 へ

(赤字は祝日) ▲ごみの出し方について

地域	ステーション収集 (地域の決められた場所)					複雑ごみ	普通ごみ	
	ペットボトル	指定ごみ	びん、缶、食品トレイ	新聞古着	ダンボール雑誌			
安威川以北地域	千里丘1・2、千里丘3の1～7番・15番・16番、千里丘東1・2	7日☉、21日☉	7日☉	14日☉、28日☉	8日☉	8日☉、22日☉	1日☉ 第1回目 ☉のみ	毎週月・木 大型ごみは木曜日
	千里丘3の8～14番、千里丘4～7、千里丘新町	3日☉、17日☉	3日☉	10日☉、24日☉				
	千里丘東3～5	7日☉、21日☉	21日☉	7日☉、21日☉	22日☉	8日☉、22日☉	15日☉ 第3回目 ☉のみ	
	庄屋1・2、東正雀、南千里丘、三島3の14番	3日☉、17日☉	17日☉	3日☉、17日☉				
	正雀本町1・2、正雀1・2	14日☉、28日☉	14日☉	10日☉、24日☉				
	正雀3・4、三島1・2、三島3(14番除く)	10日☉、24日☉	10日☉	7日☉、21日☉	22日☉	8日☉、22日☉	15日☉ 第3回目 ☉のみ	
	桜町1・2、学園町1・2、鶴野1～4	14日☉、28日☉	28日☉	3日☉、17日☉				
香露園、昭和園	10日☉、24日☉	24日☉						
安威川以南地域	北別府町、浜町、東別府1～5	6日☉、20日☉	6日☉	13日☉、27日☉	1日☉	1日☉、15日☉	8日☉ 第2回目 ☉のみ	毎週火・金 大型ごみは金曜日
	別府1～3	2日☉、16日☉	2日☉	9日☉、23日☉				
	南別府町、西一津屋、一津屋1～3	6日☉、20日☉	20日☉	6日☉、20日☉	15日☉	1日☉、15日☉	22日☉ 第4回目 ☉のみ	
	鳥飼和道1・2、東一津屋、新在家1・2、鳥飼八防1、鳥飼八防2(8・9番除く)、鳥飼西5の3・4番	2日☉、16日☉	16日☉	2日☉、16日☉				
	鳥飼西1～4、鳥飼西5(3・4番除く)、鳥飼八防2の8・9番	13日☉、27日☉	13日☉	9日☉、23日☉				
	鳥飼野々1～3、鳥飼本町1～5	9日☉、23日☉	9日☉	2日☉、16日☉				
	鳥飼下1～3、鳥飼中1～3	9日☉、23日☉	23日☉					
鳥飼新町1・2、鳥飼銘木町、鳥飼上1～5、鳥飼八町1・2	13日☉、27日☉	27日☉						

※集団回収をご利用の場合は、それぞれの地域の排出方法をご確認ください

10月は食品ロス削減月間!

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられる食材のことです。食べられる食品を捨ててしまうことは、「もったいない」だけでなく、環境や社会に関わる問題もはらんでいます。気軽に参加できるイベントを通して、一人ひとりが食品ロスを減らすきっかけにしてみませんか。問合せ 環境業務課へ

食品ロス削減啓発パネル展

日時 10/15(水)～21(火) 9:00～22:00
※15(水)は10:00～、21(火)は16:00まで
場所 コミュニティプラザ1階・ロビー

観覧無料

フードドライブを開催します

10月18日(土) ▶ 20日(月)
10:00～17:00

対象品 家庭や事業所で利用する予定がなく、賞味期限が1ヶ月以上ある常温保存のもの※瓶詰食品、アルコール類は対象外
場所 コミュニティプラザ、各公民館 別府コミュニティセンター
※10/20(月)は市役所1階・ロビー、社会福祉協議会、市商工会でも開催します

お知らせ / 募集

相談

健康

公民館・コミセン

スポーツ・文化

図書館

施設・教育

高齢・福祉

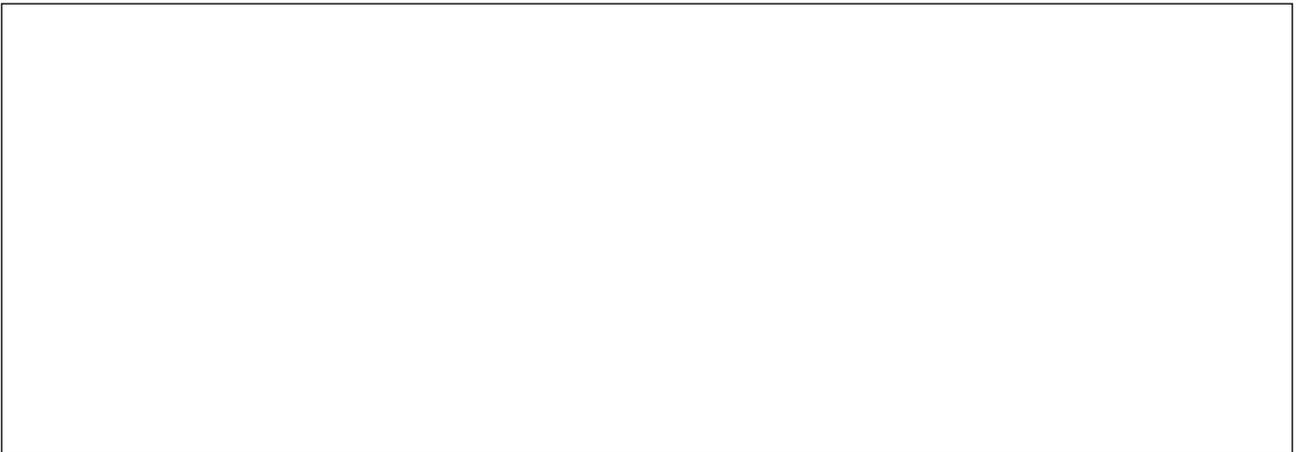
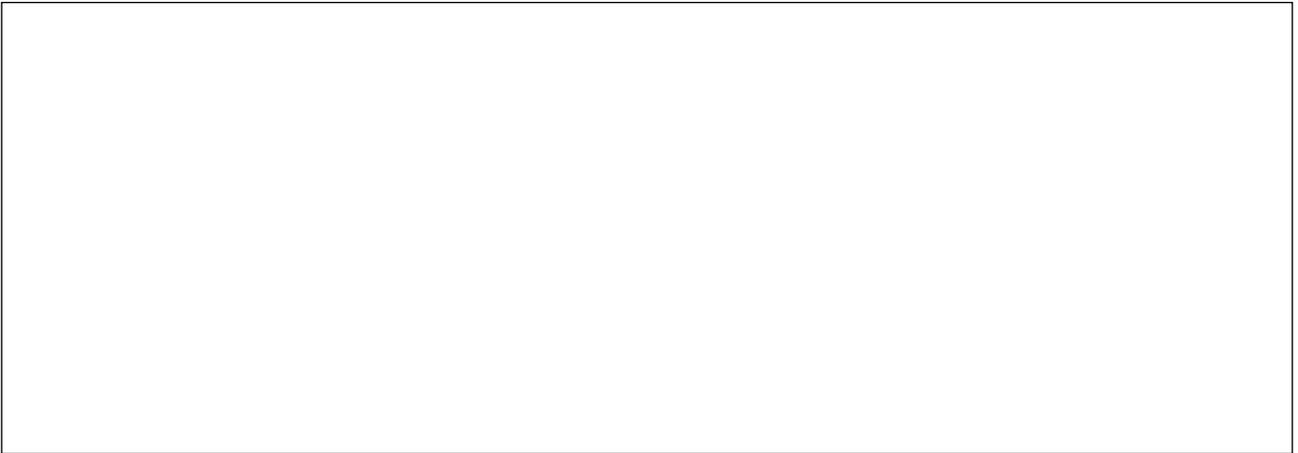
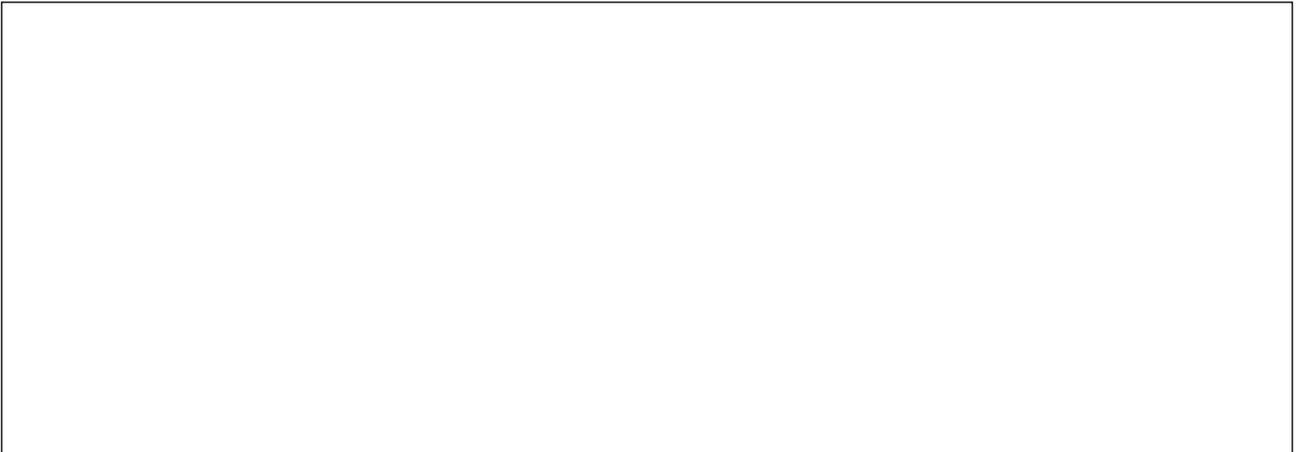
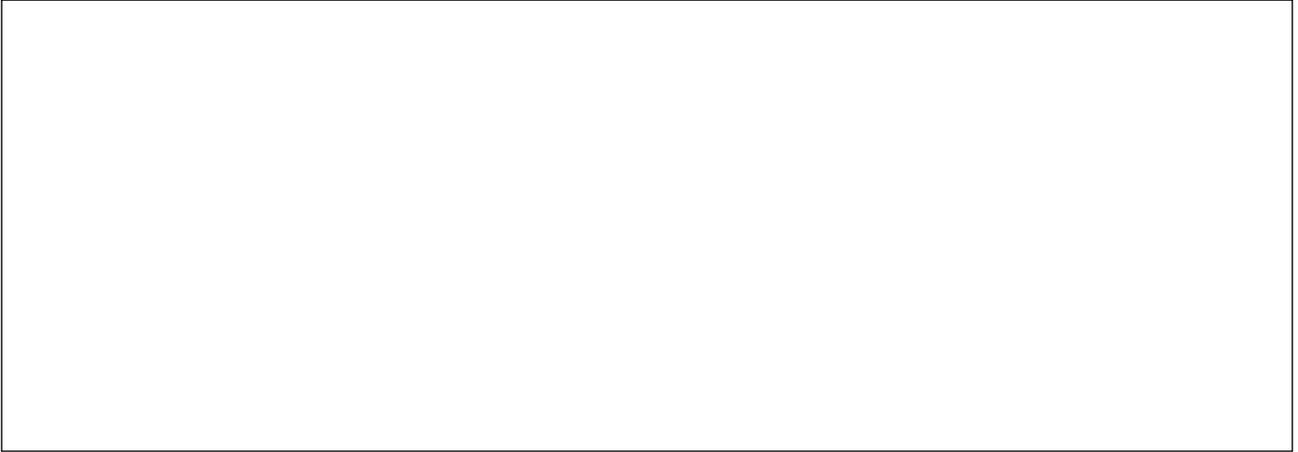
産業振興

子育て

地域活動

ごみ・資源

広告のページ 掲載内容については、各広告主に問い合わせてください。



カメラ×スケッチ

8月18日



救助訓練、マンホール事故を想定

市上下水道部と消防本部が連携し、別府小学校の敷地にあるマンホール内で、作業員が酸欠で倒れた事故を想定した救助訓練を行いました。訓練は救助器具なども使用した本番さながらの環境で実施され、消防隊員は声を掛け合いながら真剣な表情で取り組んでいました。

8月22日



少年硬式野球 逆転勝ちで初優勝

少年硬式野球チーム「摂津リトルシニア」が中学硬式野球団体18チームが参加したオリックス・バファローズ CUP で見事、初優勝を果しました。第三中学校3年生でエースの吉田裕規さん(写真前列右から3番目)は「大変な練習もあったが、仲間と優勝できてよかった」と喜びを語りました。

8月23日



ガンバ大阪「摂津市民応援デー」

パナソニックスタジアム吹田で開催されたガンバ大阪「摂津市民応援デー」に多くの市民が訪れました。試合前にはスタジアム前にPRブースを設置し、摂津市の魅力を発信。ハーフタイムには嶋野市長が大型ビジョンでメッセージを伝え、ピッチサイドを歩きながら観客に手を振りました。

9月4日



摂津の美、日本大会へ挑む

市内在住の別所美幸さんが、外見・表面の美しさのみならず、総合的な美しさを評価する、ビューティージャパン日本大会に出場します。別所さんは「生まれ育った摂津市に貢献したい」と、市内でドローンを活用した防災や教育などの事業も展開しています。

摂津市のデータ

- 所在地：〒566-8555 大阪府摂津市三島1丁目1番1号
- 連絡：☎06-6383-1111 (大代表)
☎072-638-0007 (代表)
FAX 06-6318-2258 (広報課)
- 市ホームページ：https://www.city.settsu.osaka.jp
- 人口：86,378人 前月比87人減
(男性42,654人 女性43,724人)
- 世帯数：43,756世帯 ■面積：14.87km²
(令和7年8月31日現在)

■まちづくりのテーマ

- ウェルビーイングなまちの実現
- 人間基礎教育のまち せつつ～社会のルールを守れる人づくり～
思いやり 奉仕 感謝 あいさつ 節約・環境

摂津市 LINE 公式アカウント 登録してね!

LINE アプリでも情報発信をしています。
(右記QRから友だち登録)

アカウント名：大阪府摂津市
ID：@settsucity

摂津市
マスコット
キャラクター
セッピー