

お知らせ／募集  
相談  
健康  
公民館・コミュニティ  
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  
ごみ・資源

## 男性のための体操教室

**問合せ** 身体障害者・老人福祉センターへ

**対象** 60歳以上の男性または身体障害者の男性  
**日時** 5月14日～来年3月の第2・4木曜日  
 午前10時半～11時半(計20回)  
 ※5月14日のみ午前10時15分から  
**場所** 身体障害者・老人福祉センター  
**費用** 年間2,000円※初年度のみ  
**定員** 10人 **申込み** 同センターへ・☎可・先着

## 摂津市老人福祉センター せつ桜苑 振替開館日のお知らせ

**問合せ** 老人福祉センターせつ桜苑へ

電気設備点検の実施にともない、開館日を変更します。利用者の皆さまにはご不便をおかけしますが、何卒ご理解くださいますようお願いいたします。

5月24日(日)	→	臨時休館
5月25日(月)	→	振替開館

## せつにっこりカフェ ～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

認知症の本人や家族が気軽に交流し、安心して語り合える場です。「同じ境遇の人と話せて気持ちが楽になった」という声も。ぜひご参加ください。  
**対象** 認知症、若年性認知症の本人とその家族  
**日時** 5月18日(月)午前10時～11時  
**場所** 味生公民館  
**申込み** 同センターへ

## 地域包括支援センター 鳥飼分室のご利用を

**問合せ** 地域包括支援センターへ

鳥飼地域の皆さんが、身近な場所で気軽に相談できるよう、新鳥飼公民館内に「鳥飼分室」を設置しています。電話相談のほか、介護について詳しく話したい人は窓口相談も可能です。※窓口相談は事前予約制です。必ず事前にお電話で予約を  
**予約** 地域包括支援センターへ電話し、「鳥飼分室の窓口相談を予約したい」とお伝えください

## 男性のための 筋トレ&ストレッチ教室

**問合せ** 身体障害者・老人福祉センターへ

**対象** 60歳以上の男性または身体障害者の男性  
**日時** 5月16日～来年3月の第1・3土曜日  
 午前9時～10時20分(計20回)  
 ※5月16日のみ午前8時50分から  
**場所** 身体障害者・老人福祉センター  
**費用** 年間2,000円※初年度のみ  
**定員** 10人 **申込み** 同センターへ・☎可・先着

## 健康体操

**問合せ** 身体障害者・老人福祉センターへ

**対象** 60歳以上の人または身体障害者  
**日時** 来年3月16日までの第1・3火曜日  
 午前11時15分～12時15分(計20回)  
**場所** 身体障害者・老人福祉センター  
**費用** 年間2,000円※初年度のみ  
**定員** 10人  
**申込み** 同センターへ・☎可・先着

## 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** 各園へ(連絡先は27ページ上部を参照)

高齢者(おおむね65歳以上)と乳幼児と一緒に体操します。事前申込みは不要です。

場所	日時
子育て総合支援センター	5月13日④・27日④ 午前9時45分～10時
べふこども園	5月18日⑤・25日⑤ 午前10時～10時15分

## 高齢者交流入浴

※各施設の連絡先はページ上部を参照

**問合せ** 高齢介護課へ

入浴施設を無料開放します。  
**対象** 65歳以上 **持ち物** 入浴に必要な物  
**申込み** 開催3日前までに各施設へ(☎可)

場所	日時
とりかい白鷺園	毎週④午後2時～5時
摂津特養ひかり	毎月第3④午後2時～4時半
摂津いやし園	予約時に相談

## アビリンピックおおさか2026を開催します

**問合せ** アビリンピック事務局へ

障害のある人々が日ごろ職場などで培った技能を競う大会です。  
 入場無料で見学自由です。皆さまのご来場をお待ちしています。  
**日程** 6月20日(出)・7月4日(出)  
**場所** ポリテクセンター関西(三島1丁目2番1号)  
**内容** 喫茶サービス、ビルクリーニング競技など(計12種目)  
 ※障害者福祉施設によるパン販売なども予定しています  
**問合せ** 独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構 大阪支部アビリンピック事務局 ☎ 06 (7664) 0782 へ

## 初心者のための 短期パソコン教室

**問合せ** 身体障害者・老人福祉センターへ

パソコンの基本操作、マウスの使い方、キーボード入力、ワードで簡単な文書作成を学びます。  
**対象** 60歳以上の人または身体障害者で、パソコン操作が初めての人や久しぶりにパソコンを触りたい人  
**日時** 6月2日～8月4日の火曜日午前10時10分～12時10分(計10回)  
**場所** 身体障害者・老人福祉センター(鳥飼上5丁目2番8号ふれあいの里内)  
**定員** 5人  
**参加費** 2,000円※テキスト代含む  
**申込み** 5月11日(月)午前10時から同センターへ・☎可・先着、ただし新規申込者を優先



## 移動型スマホ教室で スマホを学びませんか?

**問合せ** 高齢介護課へ

専用車両内でスマホの基本操作などを学びます。  
**定員** 各回3人(先着)  
**申込み** 専用ダイヤル☎0800(111)9442へ(受付時間9:00～17:00 ※土日祝も受付可)

日程	時間	講座内容	場所		
5/7 ④	10:30～11:30	スマホの使い方(入門編)	市役所本館前広場		
	12:00～13:00	スマホの使い方(基礎編)			
	14:00～15:00	スマホの使い方(応用編)			
5/14 ④	10:30～11:30	スマホの使い方(応用編)		市役所本館前広場	
	12:00～13:00	初めての生成AI			
	14:00～15:00	スマホの使い方(基礎編)			
5/21 ④	10:30～11:30	スマホのセキュリティについて			市役所本館前広場
	12:00～13:00	LINEでコミュニケーション			
	14:00～15:00	初めての生成AI			
5/28 ④	10:30～11:30	初めての生成AI	市役所本館前広場		
	12:00～13:00	スマホのセキュリティについて			
	14:00～15:00	LINEでコミュニケーション			
	15:30～16:15	個別相談/なんでも相談		市役所本館前広場	

## 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  
**場所** ヘルシーバス千里丘(香露園27-2)  
**費用** 無料  
**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  
**申込み** 不要、お気軽にお越しください

実施日	時間
5月15日④	午後4時～9時 ※毎月第3金曜日に実施しています
6月19日④	
7月17日④	
8月21日④	
9月18日④	
10月16日④	
11月20日④	
12月18日④	

アビリンピックおおさか2026 詳細はこちらへ

