

settsu
お知らせ
news

摂津市オリジナル体操で健康づくりを始めませんか

問合せ 高齢介護課・保健福祉課へ

暑い時期は、自宅で涼しく体を動かして健康維持をしましょう。いつでも気軽に摂津市オリジナル体操ができるようDVDを無料で配布中です。夏の健康づくりに活用してください。一部の体操は、市公式YouTube（下記各QR）でも配信中です。

摂津みんなで体操四部作

筋力、ストレッチ、バランス、有酸素運動など、4つの体操を収録。「わくわくやる気体操」「もりもり本気体操」はYouTubeでも配信中。楽しみながら体力向上を目指しましょう。

DVD配布場所 保健福祉課へ



せつつはつつ脳トレ体操

「指折り体操」や「手足ばらばら動作」など、頭と体を同時に使う脳トレです。徐々に難易度を上げながら、自宅で楽しく脳を活性化させましょう。

DVD配布場所 高齢介護課へ



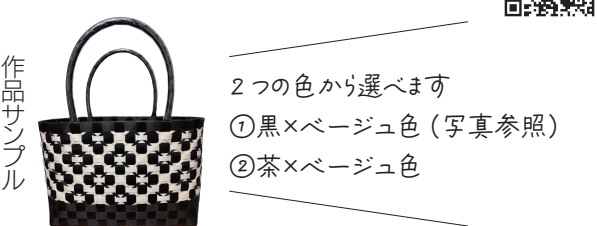
settsu
講座
study

PPバンド・オリジナルバッグ制作～丈夫でおしゃれなバッグ作り～

問合せ 老人福祉センターせつつ桜苑へ

梱包用バンド（PPバンド）を使って、軽くて丈夫なバッグを制作する講座です。初心者大歓迎！自分だけの素敵なバッグを作ってみませんか？

対象 60歳以上
日時 8月15日～9月5日の土曜日
午後1時半～3時半（計4回）
場所 老人福祉センターせつつ桜苑
定員 15人（先着）
費用 2,000円（初回に徴収します）
持ち物 筆記用具、ハサミ、洗濯ばさみ20個
申込み ☎可※申込フォーム（右記QR）から可



settsu
お知らせ
news

障害者（児）施策に関する計画にかかるアンケート調査を実施

問合せ 障害福祉課へ

市では「摂津市障害者施策に関する長期行動計画（第4次）後期中間見直し」、「第8期摂津市障害福祉計画」、「第4期摂津市障害児福祉計画」を策定するため、7月に対象者へアンケート調査を送付しました。

アンケート調査が届いた人は、8月7日（金）までに回答をお願いします。

1. 障害者施策に関する調査

対象 1,000人（※）
内容 障害福祉サービス、相談支援、情報提供、施策全般など

2. 障害児施策に関する調査

対象 200人（※）
内容 日中の過ごし方と進路、障害福祉サービス、施策全般など

（※）いずれも令和8年7月1日時点での対象者から無作為で抽出

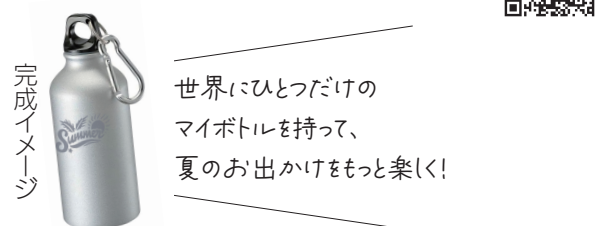
settsu
講座
study

夏休みサンドブラスト体験会～アルミマウンテンボトルに彫刻してみよう～

問合せ 老人福祉センターせつつ桜苑へ

サンドブラスト（砂を吹き付けてガラスや金属を削る技法）で、自分だけのマイボトルを作ってみませんか？夏休みの自由研究にもぴったりです！

対象 小学生以上※3年生未満は保護者同伴
日時 8月8日（土）・21日（金）※3部制
▷午前9時半から
▷午前11時10分から
▷午後1時半から
場所 老人福祉センターせつつ桜苑
定員 各回2人（先着）
費用 500円
申込み ☎可※申込フォーム（右記QR）から可



settsu
お知らせ
news

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

認知症の本人や家族が気軽に交流し、安心して語り合える場です。初めての人もお気軽にご参加を。

対象 認知症、若年性認知症の本人とその家族
申込み 同センターへ・☎可

場所	日時
味生公民館	8月17日 ㊤午前10時～11時
せつつ桜苑	8月20日 ㊤午前10時半～11時半

settsu
お知らせ
news

CSW（コミュニティソーシャルワーカー）を知っていますか？

問合せ 社会福祉協議会 ☎06（6155）6140へ

「近所で心配な人がいるけど大丈夫かな」「家族の介護が大変」といった身近な悩みや、福祉サービスに関する疑問はありませんか。

CSWは、制度の狭間にある課題の解決に向けた仕組みづくりを担う専門家です。「どこに相談していいかわからない」と困ったときは、CSWへ相談してください。

settsu
お知らせ
news

高齢者世帯民間賃貸住宅家賃助成制度

問合せ 高齢介護課へ

民間のアパートや借家に住む高齢者世帯に対し、家賃の一部を助成します。※住宅型有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅などは対象外

対象 家賃が月額5万円以下で、「65歳以上の一人暮らし世帯」または「65歳以上を含む60歳以上の人のみで構成されている世帯」
※生活保護受給者は、対象外
※世帯の収入制限あり

助成費 家賃の1/3の額で、月額最大1万円
※市民税非課税世帯は月額最大1万1千円

申込み 高齢介護課で配布の申請書（市HP（上記QR）からもダウンロード可）を記入し、以下の書類を添えて同課へ提出
▷住宅の賃貸借契約書の写し
▷申請月の家賃の領収書の写し
▷申請者の通帳の写し
※市府民税の申告が必要／転入者は、住民税決定証明書が必要な場合あり

settsu
お知らせ
news

訪問理美容サービス出張費を助成します

問合せ 高齢介護課へ

理美容店の利用が難しい人に、市が契約する理美容店の訪問出張費を助成します。

対象 65歳以上で要介護3～5の在宅生活者
助成費 1回2,000円
※申請月が8～11月の人は3回、12～3月の人は2回助成可

申込み 同課へ

settsu
お知らせ
news

社会福祉法人による利用者負担軽減

問合せ 高齢介護課へ

生計を維持していくことが困難な人が社会福祉法人の提供する介護保険サービスを利用する場合に、利用者負担額、食費、居住費（滞在費）または宿泊費が軽減される制度です。

申請する場合は、要件や対象事業所などを事前にご確認ください。

settsu
お知らせ
news

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 8月21日（金）午後4時～9時
場所 ヘルシーバス千里丘（香露園27番2号）
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

settsu
お知らせ
news

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㊤午後2時～5時
摂津特養ひかり	毎月第3㊤午後2時～4時半
摂津いやし園	申込時に相談