

市の事業紹介

うきうきせっつウォーキング 申込み不要

ウォーキンググループも活動中!

身近な地域で気軽にウォーキングを楽しむイベント

受付 午前9時～9時15分



ウォーキング
年間日程



ウォーキング
マップ

日程	コース	集合場所
4月6日(月)	うきうき夢街道 千里丘・健都コース 6.6km	摂津市保健センター横
5月11日(月)	うきうき街道 川と花 新在家・鳥飼コース 5.7km	南摂津駅
6月1日(月)	うきうき淀川街道 鳥飼上・中・下コース 6.5km	ふるさと公園
10月5日(月)	大正川河川敷コース 5.5km	鶴野第1公園
11月2日(月)	川辺とわがまち 南コース 5.8km	南摂津駅
12月7日(月)	うきうき歴史街道 別府・一津屋コース 6.6km	南摂津駅
1月5日(火)	うきうき味舌街道 庄屋・正雀・浜町コース 5.7km	正雀ふれあい広場
2月1日(月)	川辺とわがまち 北コース 5.4km	鶴野第1公園
3月1日(月)	うきうき街道 離宮の里・鳥飼東コース 6.0km	ふるさと公園

※コースや日程は気象状況によって掲載の内容を中止・変更する場合があります。詳細は広報紙や市ホームページでご確認ください。

骨髄移植ドナー助成事業

摂津市では、骨髄提供しやすい環境を整え、骨髄等の移植の推進を図るため、骨髄ドナー等に対して、骨髄移植ドナー助成金を交付しています。

対象者は、公益財団法人日本骨髄バンクが実施する骨髄・末梢血幹細胞提供あっせん事業により骨髄を提供した方で骨髄等提供日において市内に居住し、かつ、住民基本台帳に記録されている方が対象です。詳しくはホームページをご確認ください。



市ホームページ

がん患者のためのアピアランスケア助成事業

摂津市では、がん治療に伴いウィッグや乳房補整具等を購入した方に対し、経済的及び心理的負担の軽減を図り、がんになっても自分らしく安心して社会生活を送ることができる社会の実現のため「アピアランスケア助成事業」を行っています。詳しくはホームページをご確認ください。



市ホームページ

クックパッドから食育を発信!

全ての市民が生涯にわたって健やかで生き生きと暮らせる健康長寿の地域社会の実現に向けて健康づくりを推進しています。食から健康を実現

するために、日本最大の料理レシピサービス「クックパッド」に摂津市公式キッチンを開設しています。

管理栄養士が考えた今日から試せるレシピを公開中!



摂津市公式
クックパッド

column フレイルって?

加齢とともに筋力や心身の活力が低下し、健康と要介護の間の虚弱な状態のことをいいます。しかし、フレイルであることに早めに気づき、予防に取り組むことで、元の状態に戻ることができます。



予防の3本柱

