

### シルバー世代のスマートフォン教室

内容 スマートフォンを使いながら、基本的な操作を分かりやすく学べます。スマートフォンは教室で用意します。

日時 7/29、8/5・19・26(月)

- ①〈初心者向け〉10:00～11:30 電話、カメラ、インターネットやQRコード、LINEの使い方等
- ②〈中級者向け〉13:30～15:00 キャッシュレス決済、ネットショッピングの利用方法、地図や防災アプリ、SNSの活用法等

場所 ゆうゆうセンター3階 研修室

対象 市内在住の65歳以上で、全日参加が可能な人

定員 各部10人(先着) 費用 無料

申込・☎ 7/1(月)からスマホ教室受付事務局  
☎080-8531-1382、☎080-1490-5749  
(窓口での受付はできません)

### すくすくキッズ親子食育講座

内容 親子クッキング(とうもろこしおにぎり・野菜たっぷりぎょうざ・キラキラフルーツ寒天)等。

日時 8/1(木)、2(金)10:00～12:30

場所 ゆうゆうセンター3階 調理実習室1

対象 3歳児以上の未就学児と保護者

定員 親子ペア各日12組(保護者1人で、対象児2人まで。先着)初めの方優先

費用 500円(子ども2人の場合600円)

申込 7/8(月)9:00からweb予約

☎ こども家庭室母子保健係 ☎893-6405

### ゆうゆうセンター たんけんツアー 2024

内容 ゆうゆうセンターを見学し、福祉について学びませんか。夏休みの自由研究に活用できるワークシートや手作りのおもちゃ教室も開催します。

日時 7/25(木)10:00～12:00(受付9:45～)

7/30(火)13:30～15:30(受付13:15～)

場所 ボランティアセンター

対象 市内在住の未就学児、小・中学生

定員 各10組(事前予約制)いずれも必着

費用 無料

申込 7/1(月)9:00からweb予約

☎ 社会福祉協議会 ☎895-1185

### 不登校・ひきこもり親のつどい

内容 同じ悩みや思いを抱えた方向士、子どもや自身のこと等、気軽に話しませんか。

日時 7/20(土)13:30～15:00(30分前から受付)

場所 ゆうゆうセンター3階 団体共用ルーム1

対象 40歳未満の不登校・ひきこもり状態にある人の家族(事前面談あり)

申込・☎ 7/12(金)までに社会福祉協議会 ☎895-1185

### 平和祈念のつどい映画会

内容 映画「太陽の子」の上映。

日時 8/6(火)14:00～16:00

(13:30開場)

場所 ゆうゆうセンター 交流ホール

定員 400人(先着)

申込 7/23(火)から電話・Eメール・webで人権と暮らしの相談課 ☎817-0997

✉kurasi@city.katano.osaka.jp (①氏名②参加人数を記入)



### 聴覚土曜日ピアサロン

内容 聴覚に障がいのある方向士で集まって、手話で思いきりおしゃべりしましょう。事前申込不要。

日時 7/20(土)10:00～12:00

場所 ゆうゆうセンター3階 団体共用ルーム1

※要約筆記が必要な方は事前にご連絡ください。

費用 無料

☎ 障害者相談支援センターかたの ☎893-7006

### 脳に効く音読教室

内容 音読は脳を活性化させ、認知症の予防やストレス発散に役立ちます。効果的な音読の方法をプロの朗読講師がお伝えします。

日時 7/18(木)9:30～11:30

場所 ゆうゆうセンター3階 研修室

対象 市内在住のおおむね65歳以上

定員 20人(先着)

持ち物 飲み物、眼鏡(必要な方)

申込・☎ 7/1(月)から高齢介護課 ☎893-6400

### その他施設(市内)

#### ボランティア体験プログラム

内容 地元で一緒に活動しましょう。活動相談も随時受け付けています。

日時 7/26(金)～8/30(金)1日だけの参加可

場所 ボランティアセンター他

対象 市内在住の中学生以上(対象制限あり)

申込・☎ web予約または同センター

☎894-3737

#### フットサル教室前期

内容 初心者OK。必要な技術を丁寧に指導します。

日時 7/7～9/29の日曜日(ただし、7/21・8/11・9/15・22を除く。全9回)

①13:00～14:30②14:30～16:00

場所 星田西体育施設

対象 ①年長～小学校低学年

②小学校低学年～高学年

定員 各20人(先着)

費用 各5,400円

持ち物 飲み物、タオル、室内シューズ

申込・☎ 参加費を添えて星田西体育施設

☎893-7721

#### 体育スクール

日時 7/5～26の毎週金曜日(全4回)

①15:45～16:45②16:45～17:45

場所 星田西体育施設

対象 ①年少～年長②小学生

定員 各20人(先着)

費用 各6,600円

持ち物 飲み物、タオル

申込・☎ 星田西体育施設 ☎893-7721

### 介護予防教室

内容 理学療法士、作業療法士による講義と個別相談、体力測定の後、身近な動きを基本とした体操をします。

日時 ①7/4・11(木)、8/1・8(木)、9/5・12(木)

②7/21(日)・27(土)、9/15(日)・28(土)

③8/18(日)・31(土)

13:30～15:00

場所 ①星田会館 部屋12

②私部会館 部屋102か101

③ゆうゆうセンター 審査会室

対象 介護認定が要支援1、要支援2程度の方

☎ 高齢介護課 ☎893-6400



### ズンバゴールド 第1期

内容 ラテン系の音楽でダンスをするエクササイズです。初心者や久しぶりに体を動かす方でも気軽にできます。

日時 7/4～18の木曜日(全3回)14:30～15:30

場所 星田西体育施設

対象 16歳以上 定員 各30人(先着)

費用 1,800円

持ち物 飲み物、タオル、室内シューズ

申込・☎ 参加費を添えて星田西体育施設

☎893-7721

### アニマルフロー

内容 さまざまな動物の動きを取り入れたエクササイズで、体幹や体の柔軟性、筋力アップを目的としたトレーニングです。

日時 7/3～24の水曜日(全4回)13:00～14:00

場所 星田西体育施設

対象 16歳以上 定員 各30人(先着)

費用 2,400円 持ち物 飲み物、タオル

申込・☎ 参加費を添えて星田西体育施設

☎893-7721