



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、基本的な操作方法を分かりやすく学びます。スマートフォンの利用を考えている方も、安心して参加できます。(スマートフォンをお持ちでない方は申し込み時にお伝えください。)

日時 9/1・8・22・29の月曜日

- ①〈初心者向け〉10:00～11:30 電話、カメラ、インターネットや二次元コード、LINEの使い方等
②〈中級者向け〉13:30～15:00 行政サービスの利用・活用方法、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、全日参加が可能な方

定員 各10人(先着)

費用 無料

申込・問 8/1(金)からスマホ教室受付事務局
☎0120-504-263



ヒューマンライツコンサート

内容 ふじわらかずお 藤原和夫さんによるトーク＆コンサート。

日時 9/6(土)13:00～(開場12:00)

場所 ゆうゆうセンター 4階 交流ホール

定員 400人(先着)

費用 無料

申込・問 8/13(水)から Web 予約または総務課
☎892-0121



申込

福祉・介護のジョブ・フェス

内容 市内の介護事業所の合同説明会。現場の「生の声」をお届けします。

日時 8/23(土)10:00～16:00

場所 ゆうゆうセンター 4階 多目的ホール

費用 無料

問 高齢介護課 ☎893-6409

頭の元気度チェック

内容 脳(認知)機能をチェックし、頭の健康づくりに役立てます。

対象 認知症の診断や治療を受けていない市民

①ゆうゆうセンター(対面)

内容 タッチパネルで簡易な認知機能チェックと頭の健康づくりにつながるアドバイスを行います。

日時 8/19(水)9:30～11:30(うち30分間)

場所 ゆうゆうセンター 1階 審査会室

対象 65歳以上

定員 8人(先着)

申込 高齢介護課 ☎893-6409

※Eメール申し込み不可

②電話で実施

申込後、受検証を送付しますので、指定のコールセンターに電話をかけて検査(10分程度)を受けてください。検査後、おおむね3週間以内に郵送で結果を送ります。

対象 40歳以上

定員 500人(先着)

申込・問 Eメールまたは高齢介護課 ☎893-6409

✉kaigo@city.katano.osaka.jp

(件名「頭の元気度チェック申し込み」、本文に郵便番号・住所・電話番号・氏名・年齢を記入)

生活援助員養成研修

内容 資格を持たない方でも要支援者向けに掃除・買い物等の生活援助を提供する事業所に従事するために必要な知識が学べます。

日時 9/22・29(月)10:00～17:00(全2回)

場所 ゆうゆうセンター 1階 審査会室

対象 市内在住・在勤で2日間参加できる方

定員 20人(先着。最少催行5人)

費用 無料

持ち物 筆記用具、昼食

申込 8/29(金)までに申込書(HPからダウンロード)を持参または郵送で高齢介護課

問 高齢介護課 ☎893-6409



対象事業



その他施設(市内)

夏のボランティア体験

内容 1～3日の体験を通してボランティアの魅力を伝えます。

日時 8/19(水)～9/18(木)

場所 ボランティアセンター等

対象 市内在住の16歳以上

申込・問 Web 予約またはボランティアセンター
☎894-3737



HP

元気アップ体操クラブ

内容 筋力・体力等の維持・向上に役立つ市オリジナルの体操です。運動不足解消にご参加ください。

①ゆうゆうセンター 4階 多目的ホール

日時 8/6・20(水)1部10:00～10:45
2部11:00～11:45

定員 各60人(先着)

②いきいきランド交野 2階 サブアリーナ

日時 8/8・22(金)10:30～11:15

定員 70人(先着)

対象 市内在住のおおむね65歳以上

費用 無料

持ち物 飲み物、②室内シューズ

申込 直接会場(15分前から受付)

問 高齢介護課 ☎893-6409



対象事業



HP

のばそう健康寿命 「いろいろ測定してみよう」

内容 血圧計・握力測定器・体組成計等を使って、健康測定をしてみませんか。

日時 8/26(水)9:30～14:30

場所 フレンドマート交野店 フレンドスペース

定員 100人(先着) **費用** 無料

問 医療保険課 ☎892-0121



対象事業

ZUMBA GOLD® 第2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 8/7・21・28、9/4・11・18・25、10/2・9・23・30の木曜日(全11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 6,600円

持ち物 飲み物、タオル、室内シューズ

申込・問 参加費を添えて星田西体育施設 ☎893-7721

マルチスポーツ教室

内容 さまざまなスポーツにチャレンジし、体と心を育てます。

日時 8/1・15・22・29の金曜日(全4回)
18:00～19:00

場所 星田西体育施設 体育室

対象 小学生

定員 20人(先着)

費用 月6,600円 ※初回体験無料

持ち物 飲み物、タオル

申込・問 参加費を添えて星田西体育施設 ☎893-7721

ジュニアバレエ教室

内容 柔軟性やバランス、姿勢が良くなり、仕草が美しくなります。

日時 第1・3火曜日17:15～18:15

場所 星田西体育施設

対象 3歳～小学2年生

定員 10人(先着) **費用** 月2,000円

持ち物 飲み物、タオル

申込・問 参加費を添えて星田西体育施設 ☎893-7721