

青年の家

相談 行政書士による日曜無料相談会

日時 5/15(日)13:00～15:00(要予約)
場所 青年の家2階 206号室
内容 遺言、相続、成年後見、内容証明の作成等
申込・☎ 行政書士会枚方支部 ☎894-3534

いきいきランド交野

健康 体力測定会

筋肉量や体内の水分・タンパク質量、歩行速度・握力・脚力等を測定します。自分の体の状態を知り、体力・健康づくりに役立てましょう。
日時 5/20(金)1部9:30～10:45
2部11:00～12:15
場所 いきいきランド交野2階 サブアリーナ
対象 おおむね65歳以上の市民
定員 各部10人(先着) 費用 無料
持ち物 飲み物、上履き
申込・☎ 高齢介護課 ☎893-6400

星の里いわふね

体験 ミニドローンの操縦体験会

私たちにとって身近になったドローンの操縦体験をしてみませんか？
日時 5/14(土)・15(日)10:00～(1人1回15分)
場所 星の里いわふね 費用 1,500円
申込 かたのスイッチホームページ
<https://katanoswitch.jp/>
☎ かたのツーリズム推進協議会事務局
☎070-7528-6174(月～金曜日13:00～17:00)

ゆうゆうセンター

健康 元気アップメイト養成講座

高齢者の健康づくりを応援するボランティアの養成講座です。修了後、地域教室で活動してみませんか。
日時 5/23(月)～8/1(月)13:30～15:30(全10回)
場所 ゆうゆうセンター1階 審査会室
内容 元気アップ体操や口腔体操等、実技習得
対象 市民 定員 各10人(先着)
費用 無料
持ち物 筆記用具、飲み物
申込・☎ 5/2(月)から高齢介護課 ☎893-6400

健康 頭の元気度チェック

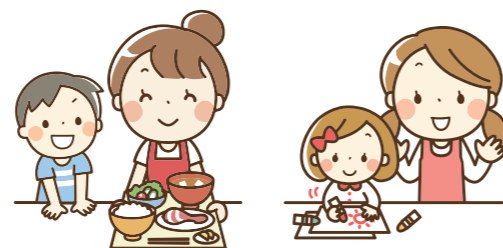
脳(認知)機能をチェックし、頭の健康づくりに役立てます。
対象 認知症の診断および治療を受けていない市民

①ゆうゆうセンター(対面) ※Eメール申込み不可
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 5/20(金)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 5/2(月)から高齢介護課 ☎893-6400

②電話(対話)
申込後、受検証を送りますので、指定のコールセンターまで電話をかけて検査(10分程度)を受けてください。受検後、おおむね3週間以内に郵送で結果を送ります。
対象 40歳以上の人 定員 500人(先着)
申込・☎ 電話・Eメールで高齢介護課 ☎893-6400
✉kaigo@city.katano.osaka.jp
(件名は「頭の元気度チェック申し込み」、本文に郵便番号、住所、氏名、電話番号、年齢を記入)

子育て ファミサポ 提供・両方会員講習会

ファミリー・サポート・センター(ファミサポ)は子育ての手伝いをしたい人(提供会員)と、してほしい人(依頼会員)、その両方をする人(両方会員)をつなぐ会員組織です。提供・両方会員として活動するための講習会を開催します。
①6/14(火)9:15～13:00②6/16(木)9:30～12:30
③6/20(月)9:15～13:00④6/22(水)9:15～13:00
⑤6/28(火)9:30～12:00⑥6/30(木)9:15～13:00
場所 ゆうゆうセンター、消防署(②のみ)
内容 子どもの食事や遊びの講義、保育実習等
②は普通救命講習
対象 講習後、提供・両方会員として活動できる人
※詳細はホームページをご覧ください。
申込・☎ 6/10(金)までにファミリー・サポート・センター ☎893-0757
※依頼会員登録は随時受付中。家族写真と本人確認書類または印鑑を持参の上、センターまでお越しください。



子育て 親まなび連続講座

一緒に子育てについてお話しませんか。1歳以上の保育あり。
日時 6/9・23・7/7(休)10:00～12:00
場所 ゆうゆうセンター
対象 妊婦、乳幼児・未就学児の保護者で全3回参加できる人
定員 おおむね10人 費用 無料
申込・☎ 6/2(木)までに子育て支援課 ☎893-6406

くらし 権利擁護セミナー

一人暮らしの高齢者等が安心して暮らしていくために、消費者被害の未然防止やその相談窓口について一緒に学びませんか。
日時 5/25(水)14:00～16:00
場所 ゆうゆうセンター4階 交流ホール
テーマ 「消費者被害の未然防止について」
講師 はるか法律事務所・弁護士 五條操さん
定員 100人(先着)
費用 無料
申込・☎ 5/13(金)までに地域包括支援センター ☎893-6426
※手話通訳・要約筆記が必要な人は予約時にお伝えください。

仕事 若年者のための就労支援

若者サポートステーションのキャリアコンサルタントと市の就労支援相談員が相談を受け付けます。
日時 5/18(水)・7/20(水)14:00～16:00
場所 ゆうゆうセンター
対象 市内在住の15～44歳またはその家族
定員 各2人(先着)
費用 無料
申込・☎ 人権と暮らしの相談課 ☎817-0997

仕事 職業適性検査

厚生労働省編一般職業適性検査であなたの適性を測定します。
日時 ①5/11(水)10:00～12:00
②7/13(水)13:00～15:00
場所 ゆうゆうセンター
対象 市内在住の15～44歳で就労を目指す人(学生不可)
定員 各2人(先着) 費用 無料
申込・☎ ①は5/2(月)から、②は7/1(金)から人権と暮らしの相談課 ☎817-0997

その他施設(市内)

健康 元気アップ体操クラブ



健康づくりに役立つ市オリジナルの体操です。
①星田会館 体育館
5/18(水)13:30～14:15 定員 60人
②青年の家 武道施設
5/12・26(木) 定員 各部50人
1部:13:30～14:15 2部:14:30～15:15
③いきいきランド交野 2階サブアリーナ
5/13・27(金)10:30～11:15 定員 60人
対象 おおむね65歳以上の市民
費用 無料
持ち物 飲み物、上履き、①は靴を入れる袋
申込 直接会場(15分前から受付)
☎ 高齢介護課 ☎893-6400



スポーツ ピラティス第1期

ピラティスとは、心体を整えるエクササイズです。
日時 5/12～7/28の毎週木曜日(5/5祝除く。全12回)15:40～16:40
場所 星田西体育施設
講師 和田紗織さん 対象 16歳以上
定員 30人(先着) 費用 7,200円
持ち物 上靴、飲み物、タオル、バスタオルまたはブランケット、あればヨガマット
申込・☎ 参加費を添えて星田西体育施設 ☎893-7721

スポーツ ZUMBA第1期

ZUMBAとは、ラテン系の音楽とダンスを融合したエクササイズです。
日時 5/12～7/28の毎週木曜日(5/5祝除く。全12回)14:30～15:30
場所 星田西体育施設 講師 和田紗織さん
対象 16歳以上 定員 30人(先着)
費用 6,000円 持ち物 上靴、飲み物、タオル
申込・☎ 参加費を添えて星田西体育施設 ☎893-7721

