ゆうゆうセンター

頭の元気度チェック

アスマイル対象事業

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　R9.1/5㈫13:30～15:00（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　６人（先着）
申込・問 12/1㈫から高齢介護課☎072-893-6409
※参加は年度内１回限り

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（おおむね15分）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
☎072-893-6409　✉kaigo@city.katano.osaka.jp
（件名「頭の元気度チェック」、本文に郵便番号・住所・電話番号・氏名・年齢を記入）
※昨年度受検された方も受検可能。

お金から考える 私のこれからの働き方

申込

内容　今後の働き方や求職条件を考えるために、生活設計や年金・社会保険制度等、お金の基礎知識に関する就労支援セミナー。
日時　R9.1/13㈬10:00～11:30（受付9:30～）
場所　ゆうゆうセンター３階　研修室
定員　30人（先着）　費用　無料
講師　金融経済教育推進機構　石渡（いしわたり）としこさん
申込・問　12/21㈰からWeb予約または総務課
☎072-892-0121

特設人権相談

内容　人権擁護委員に職場・近所・家庭等での困りごとをご相談ください。
日時　12/5㈯10:00～12:00
場所　ゆうゆうセンター２階　集団指導室
問 市人権擁護委員会事務局 ☎072-892-0121

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　R9.1/18・25、2/1・8㈭
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 12/1㈫からスマホ教室受付事務局
☎0120-017-151（窓口での受付はできません）

脳に効く音読教室

アスマイル対象事業

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。効果的な音読方法をプロの朗読講師がお伝えします。
日時　12/23㈫13:30～15:30
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・問 12/1㈫から高齢介護課 ☎072-893-6409



かたのゲームフェスタ

申込

内容　マリオカート８デラックス、世界のアソビ大全51、Nintendo Switch Sportsを3ブースに分かれて自由に対戦します。
日時　R9.1/7㈬14:00～16:00（受付13:30～）
場所　ゆうゆうセンター４階　多目的ホール
対象　市内在住の方（小学生以下は保護者同伴）
定員　50人（先着）
費用　無料
申込　12/1㈫9:00からWeb予約
問 社会福祉協議会 ☎072-895-1185

星田西体育施設

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、しぐさが美しくなります。
日時　第1・3火曜（月２回）17:15～18:15
場所　星田西体育施設 体育室
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
☎072-893-7721

フットサル教室後期

内容　初心者OK。必要な技術を丁寧に指導します。
日時　毎週日曜（月３回）
①13:00～14:30
②14:30～16:00
※詳しい日程はお問い合わせください。
場所　星田西体育施設 体育室
対象　①年長～小学生低学年
②小学生低学年～高学年
定員　各20人（先着）
費用　月1,800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
☎072-893-7721



背骨コンディショニング

内容　背骨の歪みを整えて、体の不調を改善する運動です。
日時　12/2・9・16・23㈫13:30～14:30
場所　星田西体育施設　体育室
対象　16歳以上
費用　4,000円（全４回）
講師　前畑（まえはた）久子（ひさこ）さん
持ち物　飲み物、バスタオル
申込・問 参加費を添えて星田西体育施設
☎072-893-7721

ピラティス第３期

内容　心体を整えるエクササイズです。
日時　12/3・10・17・24㈭15:40～16:40
場所　星田西体育施設 体育室
対象　16歳以上　定員　各30人（先着）
費用　１回600円 ※12月期間一括払い
講師　和田紗織（わださおり）さん
持ち物　飲み物、タオル、室内シューズ、バスタオルまたはブランケット、あればヨガマット
申込・問 参加費を添えて星田西体育施設
☎072-893-7721



女性スポーツ教室 後期

日時　12/2～R9.3/24の水曜日（12/23・30、R9.1/6を除く）（全14回）10:00～12:00
場所　星田西体育施設 体育室
対象　16歳以上
費用　7,000円
講師　竹平富美子（たけひらふみこ）さん
持ち物　飲み物、タオル、室内シューズ、バスタオルまたはブランケット
申込・問 参加費を添えて星田西体育施設
☎072-893-7721

スポーツスクール

内容　跳び箱や鉄棒、マット等を使用して運動を行います。
日時　毎週金曜①15:45～16:45②16:45～17:45
※詳しい日程はお問い合わせください。
場所　星田西体育施設 体育室
対象　①年少～年長②小学生
定員　各20人（先着）
費用　6,600円 ※初回登録手数料3,000円
持ち物　飲み物、タオル
申込・問 星田西体育施設 ☎072-893-7721

