



# たかつき

~~だより~~

2025  
令和7年  
10

高槻市民センター  
〒805-0024 八幡東区中畑2丁目5-2  
【FAX】093-653-2688 【mail】tt-sf@ktqc03.net  
093-653-2677

チ  
W  
エ  
E  
ツ  
B  
ク  
で



第25回  
文化祭

11.1(土)  
~2(日)  
10:00  
~15:00

《ステージ発表》1日目

- 高槻保育園
- 槻田くるみ幼稚園
- 親子サロン
- たかつきキッズ空手
- じゃんけん大会
- 槻田中学校吹奏楽部
- 高槻小学校
- 文化講演会

《ステージ発表》2日目

- 高槻大正琴クラブ
- さわやか健康体操
- 音読を楽しむ会
- ヨガサツキ
- 中畑民謡クラブ
- 日舞同好会
- 北九大部会
- フェリーチェ
- お楽しみ抽選会

文化祭「たかつき」講演会  
きっと  
よみたくなる  
絵本と本の  
おはなし

「直方市立図書館」館長  
語り・朗読「宿のサカナ」代表  
野口和夫氏

11.1 13:30 ~

心おどる よみきかせや朗読…  
のぐち館長のお話をきくと  
ふしきとその絵本や本を  
よんでみたくなるのです  
漫画やアニメも大好きだけど  
ちがうワクワクをみんなで体験しよう！

講師  
入場無料  
申込不要

展示

- 絵手紙同好会
- エコクラフト
- 高槻パソコンクラブ
- 槻の木短歌会
- 春華書道同好会
- 郷土史クラブ
- 山路洋裁クラブ

メニュー

- ちらし寿司/おでん/カレー
- 赤飯/焼き鳥/豚バラ
- フランクフルト
- からあげ/フライドポテト
- ぜんざい/マドレーヌ
- シフォンケーキ/プリン
- お茶/ジュースなど
- ホットコーヒー
- リサイクルバザー/お文具

リサイクルバザー用品

大募集中

未使用品・未使用に近い  
ものがありましたら、  
センターまでお持ちください  
《募集期間》  
10月1日(水)~25日(土)

お知らせ  
文化祭 お楽しみ抽選会

文化祭2日目お昼から  
抽選券を配布します！  
14:40~お楽しみ抽選会が  
始まります、ぜひお越しください

河野一二三さんへ

トータル10年もの間、センターの  
ために働いてください、ありがとうございました。一二三ロス、続出か！？  
これからもよろしくお願ひします。

センター一同

※文化祭の詳細は、臨時号やプログラムに記載します。

## 生涯学習市民講座

### 第2回 お気楽カフェトーク♪

◆10月9日(木)  
◆13時30分～15時



1回目は、あまり知られていない趣味の話で盛り上がりました！皆さんと心開いてゆっくりお気軽に話しませんか？

### 第2回 太極拳講座

◆10月20日(月)  
◆10時～12時



無理せずゆったりカラダを動かしましょう！

### 親子サロン

- ・毎週金曜日（第5週はお休み）
- ・10時～12時
- ・多目的ホール

#### 3日 中畠公園へおでかけ

⇒雨天の時は、自由広場

10日 自由広場

17日 妊産婦・乳幼児なんでも相談  
＊歯科衛生士さんにご相談も！  
インファントセラピー/自由広場

24日 一緒にハロウィン ⇒要予約

\*先着15組  
お申し込みは  
親子サロン受付  
または  
QRコードから



### ●ふれあい昼食会

10月のふれあい昼食会は、10月15日(水)、中尾1丁目・中尾2丁目のみなさんです。

ご希望の方は  
お住まいの  
町内会長に  
お尋ねください。



### ●健康ウォーク

～東区日和～

#### 第1回「猪倉日和」

10月14日(火)

9時45分集合

「猪倉」～

「勝田公園」  
までをみんな  
で踏破！



### 認知症世界へようこそ

～共に生きるには？できることからはじめよう～

### 第2回 声かけはむずかしい？

◆10月3日(金)

◆13時30分～15時

講師：認知症支援介護予防 地域コーディネーター  
中村 真理子氏

### 第3回 脳トレ・筋トレのススメ

◆10月6日(月)

◆10時～11時30分

講師：ONE キッズ先生  
新井 啓助氏



動きやすい服装で、  
上履き、タオル、飲み物をお持ちください

### 子どもウキウキクラブ

#### ① 猪倉日和 10月14日(火)

10時～14時

保護者の人と、勝田公園まで  
歩いてお弁当を食べよう！

#### ② ハロウイン 10月15日(水)

13時～15時

手作りした衣装を着て、  
お菓子をもらいに行こう！



#### ③ 文具フェス(準備) 10月25日(土)

10時～12時

文化祭で行う“文具フェス”(文具販売)の開店準備【ポップや値段表作り等】をしよう！

#### ★子ども卓球

10月8日・22日(水)  
15時30分～17時



### ●古紙回収

10月19日(日)午前11時までに  
町内の古紙回収ステーションへ  
お持ちください。

#### 古紙回収

8月の回収重量 2,970キロ  
1月からの累計 30,460キロ

ご協力ありがとうございます。



# 親子サロンのご紹介



## 親子サロンって？

市民センターには、フリースペースという親子でくつろぐ遊び場があります。

高槻市民センターでは、

- 毎週金曜日（第5週目は除く）
- 10時～12時 多目的ホールで、『親子サロン』を実施しています。



## 対象は？見守りは？

小学校就学前のお子さんとその保護者の方が対象です。

子育てサポーターは、遊びの見守りをしたり、子育ての相談も受けたりしています。季節の行事や子育てママを応援できるよう楽しい企画を工夫しています。

## ■子どもウキウキクラブ

### ◆『スポーツゴミひろい』9月13日（土）

子どもウキウキクラブのスポーツゴミひろい開催。小学生に中学生も参加してくれました。  
★中畠ルートチーム 5.4kg  
★中尾ルートチーム 3.8kg 大収穫でした!!



サポート役の大人の皆さん  
ありがとうございました

## ■高槻健康塾

### 「ニュースポーツにトライ PART17」

令和7年度後期健康塾講座が始まりました。みなさん暑い中、身体を動かすことをおしゃべりするために、集まっています。一度のぞいてみませんか？



9月12日（金）「ニチレクボール」

次回は、  
★10月28日（火）  
★槻田市民センター  
★「ディスコン」  
です。

## ★ベビーマッサージ 9月12日（金）



## 毎月第3曜日 9月19日（金）

### ★妊娠婦・乳児何でも相談&インファントセラピー



## 子育てサポーター募集!!

### 子育てサポーターとは

市民センターで活動する子育て支援ボランティアです。ご興味のある方は、ぜひ、お問い合わせください！



## ■太極拳講座

たかつき太極拳講座が、始まりました。

講師は、センター職員、竹内さんです。

★ 嬉しいです！  
は、楽しんで下さいね。その後、あと3回、ゆっくり、  
は、クラブ化してくれると  
次回は、10月20日(月)です



### 初日の参加者の感想は・・・

「初歩から教えてもらえた！」  
「とてもわかりやすかった！」  
「地味にきつい・・・」等など



## ～3地区ニュースポーツ交流会～

9月19日（金）、高槻・祝町・槻田 3センター利用者がここ高槻市民センターに集いました。混成チームを組み、ニュースポーツで対抗戦を実施、おおいに盛り上りました！



# みんなで参加・楽しく・健康を守ろう



# 10月は 健康推進月間

## ① 健康料理教室

日 時: 10月3日(金)10:00~12:00

集 合: 9:30

場 所: 高槻市民センター 調理室

持ち物: エプロン、三角巾、マスク



## ② ニュースポーツ大会

日 時: 10月11日(土)9:00~13:00

場 所: 高槻小学校体育館

★ディスコン★モルック★五目お手玉



## ③ 健康ウォーク ~東区日和~第1回 猪倉日和

日 時: 10月14日(火)10:00~14:00

集 合: 9:45 ※雨天中止

場 所: 高槻市民センター

持ち物: タオル、飲み物、お弁当



【コース】  
猪倉～勝田公園

## ④ フレイルチェック

日 時: 10月16日(木)10:00~11:30

場 所: 高槻市民センター

講 師: 健康運動指導士 清水 登志子 先生



## ⑤ 健康講演会

日 時: 10月24日(金)13:30~14:30

場 所: 高槻市民センター

テーマ: 骨粗しょう症と転倒防止

講 師: 製鉄記念八幡病院 リハビリテーション部  
理学療法士 野口 裕貴 先生



### ～編集後記～

高槻に引っ越してきて5年が経ちますが、まだ行ったことのない場所も多く、勝田公園もそのうちの一つです… 😅

シルバーウィークに、健康ウォークで勝田公園に歩いて行く企画があります。ぴったりな企画だ！と思い、子どもの分まで申込みました。

皆さんと一緒に、歩きませんか？ 後藤

## 10月行事予定

|    |   |   |  |
|----|---|---|--|
| 1  | 水 |   | 防犯部会   |
| 2  | 木 | ☆ | 地域でGO!GO!<br>青少年育成部会                                   |
| 3  | 金 |   | 健康推進月間①「健康料理」<br>親子サロン(中畑公園へお散歩)<br>認知症世界へようこそ②        |
| 4  | 土 | ☆ | 里山の会(共同作業)   |
| 5  | 日 |   |  |
| 6  | 月 |   | エル部会<br>認知症世界へようこそ③<br>環境美化部会                          |
| 7  | 火 | ☆ | ミレの会   |
| 8  | 水 |   | 事務局会議<br>子ども卓球   |
| 9  | 木 | ☆ | お気楽カフェトーク②   |
| 10 | 金 |   | 親子サロン<br>健康塾(五目お手玉)                                    |
| 11 | 土 | ☆ | 健康推進月間②「ニュースポーツ」<br>里山の会(共同作業※予備日)                     |
| 12 | 日 |   | 山路自治区会敬老会  |
| 13 | 月 |   | スポーツの日   |
| 14 | 火 | ☆ | 健康推進月間③「猪倉日和」<br>子どもウキウキ(猪倉日和)<br>民児協                  |
| 15 | 水 |   | 子どもウキウキ(ハロウィン🎃)<br>ふれあい昼食会                             |
| 16 | 木 | ☆ | 健康推進月間④「フレイルチェック」                                      |
| 17 | 金 |   | 親子サロン(乳幼児相談・歯科衛生士・インファントセラピー)                          |
| 18 | 土 | ☆ |  |
| 19 | 日 |   | 古紙回収<br>槻田川清掃  |
| 20 | 月 |   | 太極拳講座②   |
| 21 | 火 | ☆ |  |
| 22 | 水 |   | 子ども卓球  |
| 23 | 木 | ☆ | いっしょに作って食べよう！  |
| 24 | 金 |   | 親子サロン(ハロウィン)<br>健康塾(ディスコン)<br>健康推進月間⑤「健康講習会」<br>社会福祉部会 |
| 25 | 土 | ☆ | 子どもウキウキ(文具フェス・準備)                                      |
| 26 | 日 |   |  |
| 27 | 月 |   | クラブ協役員会議・值付け<br>企画運営委員会                                |
| 28 | 火 | ☆ |  |
| 29 | 水 |   | 全館清掃   |
| 30 | 木 | ☆ |  |
| 31 | 金 |   | 文化祭前日準備  |

☆ ラジオ体操 9:20~9:50

※行事予定は、変更・中止となる場合があります。