



まちの保健室 高年生きがいサロンで毎月実施

毎月専門職が運動・認知症・栄養・介護などについて、相談会や講義を高年生きがいサロンで実施します。各館によって内容は毎月変わります。予約は前日までに各サロンへお申し込みください。

【対象】 おおむね 65 歳以上の市民の方

【¥】 無料 【受付】 前月 1 日より開始※のある日は、地域包括支援センター職員が介護相談をお受けします。

■保健師・管理栄養士による個別相談(各回先着 5 人 1 枠 30 分程度)

場所	とき
2号館	6月3日(月)・7月5日(金) 各回 13:00～15:30
3号館	6月6日(木)・7月8日(月) 各回 13:00～15:30
5号館	6月18日(火)・7月19日(金) 各回 13:00～15:30
6号館	6月24日(月)・7月24日(木) 各回 13:00～15:30

■理学療法士による個別相談(先着 4 人 1 枠 30 分程度)※

場所	とき	内容
6号館	7月25日(木) 10:00～12:00	病院受診のタイミング、痛みと運動の関係、介護の方法など個別相談をお受けします。

高齢者向けスマートフォン教室 <<基礎編>>

スマートフォンを持っていて、カメラやインターネットの基本操作などを学べる講座です。

とき	6月19日(木) 13:30～15:00		
場所	市役所別館 2階研修室 3		
対象	市内在住の 65 歳以上の方		
定員	先着 12 人	費用	無料
持物	筆記用具・本人確認書類・スマホ(貸出可)	講師	ドコモショップ羽曳野店より派遣
申込	電話(6月5日(木) 9:00 から) ☎ 072-947-3822(地域包括支援課)		

教室に参加していただくには、docomo の会員登録が必要となりますのでご了承ください。ご登録いただいた個人情報は、適切な管理の上、目的以外の使用は一切いたしません。

高齢者団体・グループ対象のスマートフォン教室

スマートフォンを使ってみたくて、使い方が分からない。持っているけど、操作方法がよくわからないなどのお悩みはありませんか?専門の講師が楽しさや、操作方法などを実感できる教室を開催する高齢者団体・グループを募集しています。

とき	令和 6 年 6 月 3 日～令和 7 年 3 月 31 日		
対象	羽曳野市内の高齢者団体・グループ(10 団体程度)		
対象	市内在住の 65 歳以上の方		
人数	10～15 人程度	費用	無料
事前準備	・教室会場(公民館等は各団体会場の予約をお願いします) ・筆記具・スマートフォン(貸出可)		
申込	地域包括支援課 ☎ 072-947-3822 申込受付期間: 6月3日(月)～令和7年1月31日(金)まで 申込の際「団体名、代表者氏名・連絡先、予定会場、希望日時、希望される教室内容、参加人数、スマートフォンの貸出しの希望数」をお伝えください。		

- ・開催にあたっては、事業者との調整が必要ですので、教室開催希望日時の2カ月程度前には、申し込みをお願いします。(申し込みから開催までの期間が短い場合などで、ご希望に添えない場合もあります)
- ・開催する事業者により、会員登録が必要な場合があります。
- ・スマートフォン教室の中では、スマートフォンの販売は行いません。
- ・受講者の同意が得られた場合に限り後日、アフターサポート等などの連絡がある場合があります。

2号館	恵我之荘 5-1-3	(931-2255)
3号館	古市 1541-1	(959-0220)
5号館	野 640-1	(931-6010)
6号館	羽曳が丘 3-1-13	(959-0580)

■四天王寺大学による講義(先着 15 人)※

場所	とき
2号館	7月12日(金) 10:00～11:30
講師	内容
四天王寺大学看護学部 在宅看護領域 講師: 金本 純子氏・矢野 真理氏	「介護サービスの仕組みを知ろう!」 ～目指そう! PPK～

■認知症啓発講座※

場所	とき	人数
2号館	6月28日(金) 13:30～15:30(同時開催)	①先着 15 人
3号館	7月23日(火) 13:30～15:30(同時開催)	②先着 2 人
内容		
①講義: 認知症の方とのコミュニケーションについてお伝えします。 ②認知症地域支援推進員による個別相談会。		

介護予防でさらさらシニア 熟年元気教室(試食あり)

テーマは「腸活」です。夏は冷たい飲み物を摂取しやすく過剰に摂ると胃腸に負担がかかります。冷房によってお腹が冷え、夏バテしてしまうことがあります。夏を元気に過ごすためにも腸内を整えましょう。

とき	A:7月10日(火) B:7月23日(火) 13:30～15:00		
場所	A: 2号館(恵我之荘 5-1-3) B:5号館(野 640-1)		
対象	65 歳以上の市民	費用	無料
申込	窓口または電話(6月21日(金)まで)		
持物	筆記用具・室内履き・飲み物・眼鏡(必要な方のみ)・下靴を入れる袋(2号館のみ)		
定員	各日程 15 人程度(応募多数の場合は抽選)		

※状況により、中止または延期になる可能性あり。

さらさらシニアプロジェクト介護支援サポーター事業

市指定の介護施設などにおいて、介護支援サポーターとしてのボランティア活動等に対してポイント付与し、貯まったポイントを換金できる「介護支援ボランティアポイント制度」です。地域でお住まいの高齢者の方がボランティア活動を通して、より元気にいきいきと生活することを目的としています。制度利用にあたっては、最初に「さらさらプロジェクトはじめて講座」を受講していただく必要があります。

対象	65 歳以上の市民で、介護支援サポーター活動を希望される方
活動	市が指定した羽曳野市内の介護施設などにおける介護支援サポーター活動・高年生きがいサロンで介護予防事業の運営補助など
ポイント	● 1 ポイント = 100 円 ● 1 時間 1 ポイント(1 日上限 2 ポイント)
講座開催日程	① 7 月 25 日(木) ② 9 月 13 日(金) ③ 10 月 11 日(金) ④ 11 月 12 日(火) ⑤ 令和 7 年 1 月 28 日(火) 【場所】 市役所別館 2 階研修室 【時間】 14:00～ ※日程は現時点での予定のため変更になる場合あり。
問合せ	講座申込・介護支援サポーター登録について ☎ 羽曳野市社会福祉協議会 ☎ 072-958-2315 事業について ☎ 地域包括支援課 ☎ 072-947-3822