

高年生きがいサロン各館

2号館
(恵我之荘5-1-3)
☎931-2255
※駐車場はありません

5号館
(野640-1)
☎931-6010
※駐車場に限りあります

6号館
(羽曳が丘3-1-13)
☎959-0580

3号館
(古市1541-1)
☎959-0220

◇まちの保健室～高年生きがいサロンで毎月実施～

運動・認知症・栄養・介護についての相談会や講義を実施します。

予約は前月 1 日より受付開始。前日までに各サロンにお申込み。

※のある日は介護相談が可能です。

【対象】 おおむね 65 歳以上の市民

	日程	時間	場所	定員	講師・内容	
個別相談	12月3日(火)・1月10日(金)	13:00～15:30	2号館	先着 5 人 (1 枠 30 分程度)	保健師・管理栄養士が健康相談に関することで心配なことがあれば個別相談をお受けします。	
	12月11日(火)・1月16日(火)		3号館			
	12月16日(月)・1月23日(木)		5号館			
	12月20日(金)・1月29日(火)		6号館			
	12月13日(金)※ 1月31日(金)※	10:00～12:00	2号館 3号館	先着 8 人	理学療法士が病院受診のタイミング、痛みと運動の関係、介護の方法等相談をお受けします。	
講座	12月24日(火)※ 1月24日(金)※	13:30～15:30 10:00～12:00	5号館 6号館	①先着 15 人 ②先着 2 人 (同時開催)	①講座「認知症と睡眠の関係性について」 質の高い睡眠を目指しましょう。	②認知症地域支援推進員の個別相談会
	12月16日(月)※	13:30～14:30	3号館	先着 15 人	聞こえに関する講話・聞こえの相談会のお知らせ	

◇若年性認知症当事者講演会

認知症当事者の方とご家族向けに、認知症当事者の方の貴重な体験を直接聞くことができる講演会を開催します。認知症に関する理解を深め、共に考える機会としてぜひご参加ください。

【日程】 1 月 26 日(日) 10:00～12:00

【場所】 羽曳野市役所 別館 3 階 会議室

【講師】 山崎 尚美 (四天王寺大学看護学部長)
平井 正明 (奈良若年性認知症・MCI の人々の集いまほろば倶楽部代表)
正楽 忠司 (認知症の人と家族の会奈良県支部)

【定員】 先着 45 人 【費用】 無料

【対象】 市内在住の認知症のご本人・認知症介護に携わること家族の方優先

【申込】 電話 (地域包括支援課) 12 月 2 日(日) 9:00～

◇熟年元気教室 (栄養の話・試食あり)

テーマは「足のトラブル」です。足の指や爪に問題を抱えていると外出が減りがちになり、フレイルにつながる可能性があります。栄養不足に注意しましょう。

【日程】 A: 1 月 15 日(火) B: 1 月 28 日(火)

【時間】 13:30～15:00

【場所】 A: 生きがいサロン 2 号館 B: 生きがいサロン 5 号館

【定員】 15 人 (抽選) 【費用】 無料

【対象】 65 歳以上の市民

【持物】 筆記用具・上靴・飲み物・眼鏡 (必要な方のみ)

【申込】 電話 (地域包括支援課) 12 月 20 日(金)まで

◇高齢者向けスマホ教室

スマホの操作でお困りのことはありませんか？

スマホ所有の有無や機種、携帯会社を問わず、気軽に参加できるスマホ教室を開催します。

【日時】 12 月 16 日(月) 13:00～15:00

【場所】 生きがいサロン 2 号館

【内容】 LINE・個別相談会

【講師】 a u 羽曳野伊賀店より派遣

【定員】 10 人 (先着順、定員になり次第締切)

【対象】 65 歳以上の市民

【申込】 電話 (生きがいサロン 2 号館) 12 月 4 日(火) 9:00～

※教室では、スマホの営業や販売は行いません。



◇介護サービス相談員募集

定期的に介護保険施設等を訪問して、利用者との世間話を通じ、思い・困り事・要望などを施設へ橋渡しする市の委嘱を受けた市民ボランティアです。「待ってたよ」「聴いてくれてありがとう」伝えたい思いを持った利用者があなたの訪問を待っています。利用者の立場に立ち、熱意を持って活動していただける方を募集します。

【対象】 「①～③のすべてを満たす方」

- ①事業に理解があり、概ね月に 1～4 回程度訪問が可能
- ② 40 歳以上の市民
- ③介護サービス事業所に従事していない

【定員】 5 人程度

【申込】 電話 (地域包括支援課) 1 月 31 日(金)まで