

まちの保健室

- 運動・認知症・栄養・介護についての相談会や講義
- 前月1日より受付開始。前日までに各サロンに申込み。

【対象】 おおむね 65 歳以上の市民

【会場】 各高年生きがいサロン

高年生きがいサロン

2号館 (恵我之荘 5-1-3)	☎ 072-931-2255)
3号館 (古市 1541-1)	☎ 072-959-0220)
5号館 (野 640-1)	☎ 072-931-6010)
6号館 (羽曳が丘 3-1-13)	☎ 072-959-0580)

	日程	時間	場所	定員	内容
個別相談	6月6日(金)・7月3日(木)	13:00 ～ 15:30	2号館	先着 5 人 (1 枠 30 分程度)	保健師・管理栄養士が健康に関して心配なことがあれば個別相談をお受けします。
	6月10日(火)・7月7日(月)		3号館		
	6月19日(水)・7月25日(金)		5号館		
	6月25日(火)・7月30日(木)		6号館		
	6月25日(水) (介護相談可) 7月17日(木) (介護相談可)	10:00～12:00	5号館 6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	6月16日(月) (介護相談可)	10:00～12:00	3号館	①先着 15 人	①「スクエアステップで脳と身体を元気に！」 脳の活性化のための軽い運動と認知症についての講話。 認知症進行のリスク低減を目指しましょう。 ②認知症についての個別相談会
	7月22日(火) (介護相談可)	13:30～15:30	5号館	②先着 2 人 (同時開催)	

高齢者向けスマホ教室

スマホ所有の有無や機種、携帯会社を問わず参加できます。

【日時】 6月20日(金) 13:30～15:00

【場所】 生きがいサロン 2号館 ※駐車場なし

【内容】 LINE やカメラの使い方、
QR コードの読み取り方法

【講師】 docomo 羽曳野店より派遣

【定員】 12 人 (先着順) 【対象】 65 歳以上の市民

【申込】 電話 (生きがいサロン 2号館) 6月2日(月)～

※教室でスマホの営業や販売は行いません。

※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などの連絡がある場合があります。



<地域向け相続講座>

～ 相続のはずが何故争族に?! ～

分かりやすい例を参考に相続や遺言について学べます。

※講座後、相続に関する個別相談を承ります (先着 3 組)。

希望者は講座申込時にお伝えください。

【日時】 6月28日(土) 10:30～12:00

【場所】 コープ城山店 2 階会議室
(古市 7-10-5)

【定員】 先着 15 人

【対象】 羽曳野市民

【講師】 吉岡智行 (税理士)
藤本侑平 (司法書士)

【申込】 電話 (地域包括支援課)

【期間】 6月9日(月) 9:00～27日(金) 17:30



認知症フレンドリー講座

認知症 VR (バーチャルリアリティ) などを使って、
認知症の人から見えている世界を疑似体験できます。

【日時】 7月11日(金) 10:00～12:00

【場所】 市役所別館 3 階会議室

【定員】 先着 15 人

【対象】 羽曳野市民

【講師】 坂田一裕
(認知症フレンドリー講座主任講師)

【申込】 電話 (地域包括支援課)



▲VR 体験の様子

介護予防リーダー養成講座

GoGo ウェルネス (自主グループ) の教室をサポートしませんか。
健康に過ごすための運動技術や介護予防知識を学べます。

※ GoGo ウェルネス…生きがいサロンで実施する介護予防教室

【日時】 6月25日(水)、7月2日(水)、
7月9日(水) 10:00～12:00

【場所】 生きがいサロン 6号館

【定員】 数人程度

【講師】 ミズノスポーツサービス(株)
健康運動指導士 平田律子

- 【対象】 ・40 歳～75 歳の市民 ・医師の運動制限を受けていない方
・講座を全日程受講可能な方
・GoGo ウェルネスに意欲や理解があり、
実践できる方

【申込】 電話 (地域包括支援課) または QR コード



特殊詐欺防犯教室

特殊詐欺の手口と対策を学び、身を守る「防犯力」を高めませんか。

【日時】 7月3日(木) 13:30～15:00

【場所】 市役所別館 3 階 会議室

【定員】 先着 30 人 【対象】 羽曳野市民

【講師】 大阪府警察本部 生活安全指導班

【申込】 電話 (地域包括支援課)



認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、地域で認知症の人とその家族を支える
「応援者」になりませんか。

【日時】 7月18日(金) 10:00～11:30

【場所】 市役所別館 2 階研修室

【定員】 先着 40 人

【講師】 キャラバン・メイト

【対象】 市民の方優先 (初めて受けられる方)

【申込】 電話 (地域包括支援課)



オレンジリング

～出張講座 (公民館、集会所など) も実施中～

- ・講座時間 90 分、羽曳野市民対象 (おおよそ 10 人以上)、
- ・開催希望日の 2 カ月前までに地域包括支援課へ電話で
ご相談ください。