

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)

※2号館はリニューアル工事のため10月から休館となります。

	日程	時間	場所	定員	内容
個別相談	9月8日(月)	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。
	9月11日(木)・10月9日(木)		3号館		
	9月17日(木)・10月27日(月)		5号館		
	9月29日(月)・10月30日(火)		6号館		
	9月19日(金)(介護相談可) 10月28日(火)(介護相談可)	10:00～12:00	3号館 5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	9月26日(金)(介護相談可)	13:30～15:30	2号館	①先着15人 ②先着2人 (同時開催)	①「季節の折り紙講座」指先を使って脳を活性化！MCIについてのミニ講座も。 ②認知症について の個別相談会 の講座
	10月20日(月)(介護相談可)		3号館		
	9月16日(火)(介護相談可)	10:00～11:30	5号館	先着15人	四天王寺大学 災害看護学領域 亀井縁教授、岸野真由美助教 「流せない！使えない！困ったトイレ、どうする？」―災害 時の「困った」を乗り切る工夫―
	9月26日(金)(介護相談可)		2号館	先着15人	四天王寺大学 基礎看護学領域 舟木友美講師、中村陽子助教 「健康はお口から ～オーラルフレイルを予防して、イキイキ 長生き！～」

笑顔で長生きいただきます講座～試食付き～

必要な栄養素の取り入れやすい方法を管理栄養士がお伝えします。

- 【試食の内容】・電子レンジで鮭のチャンチャン蒸し
・粉豆腐と白菜の煮物
※少量の試食のため、昼食は済ませてお越しください。

- 【対象】 おおむね 65 歳以上の市民
- 【申込】 下表申込期間に各サロンへ申込
(多数の場合抽選、結果は講座の1週間前までに連絡)

場所	日時	申込期間
2号館	9月22日(月)	13:30～15:00
3号館	10月6日(月)	
5号館	10月28日(火)	9月1日～18日
6号館	10月24日(金)	

高齢者向けスマホ教室

カメラやインターネットの基本操作など

- 【日時】 9月19日(金) 13:30～15:30
- 【場所】 生きがいサロン 6号館
- 【講師】 ソフトバンクより派遣
- 【対象】 65 歳以上の市民 【定員】 15 人(先着順)
- 【申込】 9月1日(月) 9:00～電話(生きがいサロン 6号館)
※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。



映画「オレンジ・ランプ」上映会<認知症地域支援推進員主催>

～認知症の日(世界アルツハイマーデー)イベント～
認知症とともに前向きに生きる力をくれる感動の映画

- 【日時】 9月21日(日) ① 10:00～12:00(受付開始 9:45～)
② 13:30～15:30(受付開始 13:15～)
- 【場所】 羽曳野市役所別館 3階 会議室
- 【対象】 羽曳野市民 【定員】 ①②共に先着 50 人ずつ
- 【申込】 電話で 9月8日(月) 9:00～19日(金) 申込み
- 【問合せ】 地域包括支援課
※駐車台数に限りがあるため、
できる限り公共交通機関をご利用ください。
●認知症啓発展示実施 自分の身近な人に向けてメッセージを書こう。
(9月11日～19日、市役所本館南玄関横コミュニティスクエアにて)

オレンジカフェイベント～缶バッジを作ろう！～

- お茶を飲みながら認知症や介護について気軽に話
しませんか。つぶたん缶バッジ作りも実施中です。
- 【日程】 第二弾(10月)※第三弾(11月)実施予定
◆10月18日(土) 14:00～16:00
和気愛あいカフェ(学園前 6-1-1 四天王寺悲田院埴生苑 1階)
◆10月21日(火) 13:30～15:00
オレンジカフェとなり(羽曳が丘 3-5-38 FIKA 三丁目 隣)
【申込】 不要。直接カフェへお越しください。
【問合せ】 地域包括支援課



▲オレンジカフェについて

<市民公開講座>「MCIを知ろう～もの忘れと脳の健康に向き合う～」

認知症やMCIについて、種類や早期発見の気づき、予防方法などを学ぶ講座です。脳活性化の体操もご紹介します。

- 【講師】 [丹比荘病院] 村田進哉(医師)、
[城山病院] 島野裕史(医師)、後藤敢(言語聴覚士)
- 【日時】 9月20日(土) 13:00～14:30
- 【場所】 LIC はびきの 2階 大会議室
- 【対象】 羽曳野市民、近隣市民(先着 70 人)
- 【申込】 FAX (072-221-9179) か
メール(n6-abe@hhc.eisai.co.jp)
①代表者名、②参加人数、③メールアドレスまたは
FAX 番号を記載してお申し込みください。
【問合せ】 エーザイ株式会社 阿部(申込メールと同じ)
- ・駐車台数に限りがあるため、できる限り公共交通機関をご利用ください。
・当日参加可能(事前申し込み優先)