

まちの保健室 **対象** おおむね 65 歳以上の市民

- 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。
(恵我之荘コミュニティセンターは生きがいサロン 5 号館へ申込み)
(MOMO プラザ・陵南の森老人福祉センターは保険年金課へ申込み)

恵我之荘コミュニティセンター (恵我之荘 5-1-3 ☎ 5 号館へ)
高年生きがいサロン 3 号館 (古市 1541-1 ☎ 072-959-0220)
高年生きがいサロン 5 号館 (野 640-1 ☎ 072-931-6010)
高年生きがいサロン 6 号館 (羽曳が丘 3-1-13 ☎ 072-959-0580)
MOMO プラザ (羽曳が丘西 2-5-1 ☎ 072-947-3605 保険年金課)
陵南の森老人福祉センター (島泉 8-8-1 ☎ 072-947-3605 保険年金課)

日程	時間	場所	定員	内容
11 月 4 日(水)	13:00 ~ 15:30	6 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。
11 月 12 日(木)・12 月 11 日(金)		5 号館		
11 月 16 日(月)・12 月 15 日(火)		3 号館		
11 月 18 日(水)		陵南の森老人福祉センター		
11 月 26 日(木)・12 月 23 日(火)		恵我之荘コミュニティセンター		
12 月 3 日(水)		MOMO プラザ		
11 月 12 日(木) (介護相談可)	10:00 ~ 12:00	恵我之荘コミュニティセンター	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 11 月 20 日(金) (介護相談可)	13:30 ~ 15:00	恵我之荘コミュニティセンター	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 についてミニ講座もあり ②認知症に関する 個別相談会

認知症サポーター養成講座

羽曳野市では認知症サポーターの養成に取り組んでいます。
講座を受講された人にはオレンジリング (「認知症の人を応援
します」という意思を示す目印) をお渡しします。

- とき** 12 月 8 日(火) 10:00 ~ 11:30
場所 市役所別館 2 階 研修室
定員 40 人
対象 市民の人優先 (初めて受けられる人)
申込・問 電話受付 (9:00 ~ 17:30)
 高齢福祉介護課 ☎ 072-947-3822



▲オレンジリング

高齢者向けスマホ教室《災害対策編》

自身や家族を守るため、スマホを活用した災害への備えについて学びましょう。

- とき** 11 月 13 日(金) 13:30 ~ 15:00
場所 生きがいサロン 6 号館
定員 先着 15 人 **対象** 65 歳以上の市民
講師 Softbank より派遣
申込・問 電話 (生きがいサロン 6 号館)
 ※教室内でスマホの営業・販売は行いません。同意がある場合
 のみ、後日アフターサポートなどの連絡をすることがあります。



きらプロ～介護支援サポーター募集～

ボランティア活動を通してポイントを貯めませんか。
「はじめて講座」を 1 回受講してからスタートです。
貯まったポイントは翌年度に換金することができます。
※ 1 時間 1 ポイント = 100 円 (1 日上限 2 ポイント)
活動 市内の介護施設等での軽作業など
とき 11 月 19 日(木) 14:00 ~ 15:30 [講座]
場所 市役所別館 2 階 研修室 3
対象 65 歳以上の市民介護支援サポーター活動希望の人
問 羽曳野市社会福祉協議会 ☎ 072-958-2315

市民のための「成年後見制度」学習会 ～知っていますか？成年後見制度～

- とき** 11 月 30 日(月) 13:30 ~ 15:00
場所 市役所別館 2 階 研修室
定員 30 人 (※電話受付)
講師 公益社団法人成年後見センター・リーガルサポート大阪支部
問 高齢福祉介護課 ☎ 072-947-3822
 ※学習会終了後、司法書士による個別相談会を実施します
 (要予約・1 組 30 分、最大 5 組)

11 月 30 日は「人生会議の日」です

もしもの時に備えて、あなたが大切にしていること、希望する将来の医療やケアなど
あらかじめ周りと話し合っておくことを「人生会議」と言います。羽曳野市版「マイ・
ノート」は人生会議だけではなく、今までの学歴や趣味、親しい人のこと、
また将来やりたいことや行きたいところについて考え、まとめることが
できます。「マイ・ノート」は市役所や各圏域地域包括支援センター等
に置いています。興味がある人は問い合わせください。
問 高齢福祉介護課 (地域支援担当) ☎ 072-947-3822



▲マイ・ノート
について

