

シルバー情報のページ

福祉センター閉館日 さやま荘／8日(日)・22日(祝)・23日(休)
さつき荘／8日(日)・14日(土)・22日(祝)・23日(休)・28日(土)・29日(日)

空き家等管理サービスを開始

空き家などが放置され、管理不全な状態になることを防止するため、空き家等管理サービスを開始しました。



現状確認(建物の外観・敷地内の状況確認)および写真撮影、報告書作成などです。また、植木せん定や除草作業も可能です。現場の状況によっては受け付けできない場合があります。

問い合わせ シルバー人材センター ☎366-2277

88歳になった人に敬老祝いポイントを支給

88歳になった人を対象に、米寿のお祝いとしてさやりんポイントカードを支給します。対象者には、9月下旬にカードを送付します。



対象 令和6年9月15日現在、3か月以上市の住民基本台帳に記録されている昭和10年9月16日～昭和11年9月15日生まれの人 **支給ポイント** 2万ポイント



問い合わせ 高齢者福祉グループ ☎349-9416

歯とお口の健康教室

とき ①19日(木)・②12月16日(月)午後1時30分～3時(全2回) **ところ** 保健センター **対象** 市内に住んでいる75歳以上の人 **内容** ①歯科医師による講演、歯科衛生士によるブラッシング実習 ②歯科衛生士による個別相談 **定員** 15人(先着順) **申し込み・問い合わせ** 電話で保健センター ☎367-1300



脳の健康教室の参加者募集

始めよう早めの認知症予防

脳の健康教室では、学習サポート(楽らくクラブ)とコミュニケーションをとりながら、学習を毎回30分程度行うことで、脳を活性化することができます。

教室のない日も自宅で10分程度でできるトレーニング教材を配布します。

とき 10月11日(令和7年2月28日)の金曜日【午前】第1部／午前9時30分～10時30分、第2部／午前10時30分～11時30分、【午後】第1部／午後2時～3時、第2部／午後3時～4時 ※予備日は令和7年3月7日(金) **ところ** ①さやま荘・多目的室 ②市立コミュニケーションセンター・多目的室2 ※会場は途中で変更不可 **対象** 市内に住んでいる65歳以上の人 **参加費** 4300円 **定員** ①いづれも10人(先着順) ②いづれ



さやま荘落語会

落語会で、お腹の底から笑ってください。
とき 26日(木)午後1時30分から **ところ** さやま荘・和室 **定員** 20人(当日先着順)
問い合わせ さやま荘 ☎366-2022



松川加壽代さん

(75歳・半田)

いろんなことをやりたい気持ち
が昔からあります。手先を動か
したり、野球を見たり。だから
と一緒にするのがいいんです。

市内で実施する献血のボランティアである献血推進協議会の
役員を20年以上続けている松川加壽代さん。ボランティアを始
めたきっかけは、

「友だちに誘われたんです。夫が早くに亡くなって、いろんな
ことが落ち着いて手が空いたところから携わるようになりまし
た。気持ちのうえでは、阪神・淡路大震災が起きて、被災した
神戸の映像を見たことで、自分にも何かできることはないかな
と感じたことが大きかったですね」

献血を実施している街頭で、通りすがりの人への声かけと協
力者への案内をします。

「声かけをして、応じてくれた人にお礼を言って喜んでもら
えると達成感があります。献血には69歳までという基準があり、
少子化の影響もあって、若い人にもっと来てもらえたらなと感
じています。また、現在、20人くらいで月1回程度ボランティ
アをしています。難しい作業はなく、和気あいあいと気軽にで
きるボランティアだと思っています。年齢や性別を問いません
ので、一度参加してみてもいいです」

松川さんは昔からやりたいことがたくさん。友人と一緒に、
15年以上、ステンドグラスをつくっています。

「手先を使ってトントン、コンコンするような作業が好きな
んです。スマホでデザインを探して、良いのが
見つかったらガラスを決めて機械で削ります。細
かい作業が多く、はんだごても使うんですよ。
時間がかかるので、でき上がるとうれいんです」
ほかに、若いころに陸上やソフトボールを
していたこともあり、野球観戦に夢中です。

「推しの選手がいるというよりも、野球の試合
を見るのが好きで、テレビの前で選手のオーダー
を組んだりします。妹とスマホでやり取りしな
がら実況したり、応援したりと楽しんでます。
野球があるか天気が気になることもあります笑」
「だれかと他愛のない話をしながら過ごすのが
好きな松川さん。今日も、スマホで妹さんと野
球談議に花を咲かせます。」

水中運動教室の参加者募集

温水プールで楽しく軽運動



水中では、有酸素運動をしながら無理のない全身トレーニングを行い、心肺機能や筋力の維持・向上をめざします。泳げない人でも参加できます。送迎バスはありません。

「水中ウォーキングコース」

とき 10月9日～11月27日の水曜
日午後1時30分～2時30分(全8
回) ※予備日は12月4日(水)と
ころ 履正スイミングクラブ金
剛(半田一丁目) 定員 20人(多
数の場合は抽選)

「水中フィットネスコース」

とき 10月7日～11月25日の

月曜日午後3時～4時(全8回)
※予備日は12月2日(月) とところ
スポーツオアシス狭山24 Plus
(東茱萸木四丁目) 定員 15人
(多数の場合は抽選)

対象 市内に住んでいる65歳以上
の人 参加費 2200円 申し
込み 市役所高齢者福祉グルー
プ、さやま荘、総合体育館 ニュー
タウンサテライトで配布する申
請書、年齢を確認できるもの(健
康保険証など)を持って、各窓口
へ直接。〒589-8501大阪
狭山市役所高齢者福祉グループ
へ郵送、ファクシミリ(063671
1254)も可。2日(月)～11日(水)
必着 ※簡単な健康チェックと同
意書の記入が必要です。必ず本人
が申し込んでください。途中で
コース変更不可
問い合わせ 高齢者福祉グルー
プ 0349-9416



風呂の日

とき 26日(木)午前11時～午後4時(午後3時30分まで
受け付け) とところ さやま荘 ※風呂の日以外は入
浴料100円が必要です
問い合わせ さやま荘 ☎366-2022