

シルバー情報のページ

福祉センター閉館日

さやま荘／1日祝・2日祝・3日金・4日土・11日土・12日祝・13日祝
さつき荘／1日祝・2日祝・3日金・4日土・11日土・12日祝・13日祝・25日土・26日祝

熟年大学受講生募集・授業見学会

令和7年度（2025年度）熟年大学				授業見学会
コース	教科内容・受講場所	開講日	定員	とき・ところ
日本史科	日本の歴史(テーマを選んで解説) 市立コミュニティセンター・大会議室	月曜日 午前	60人	27日(月)・2月3日(月)・10日(月)午前10時から 市立コミュニティセンター・大会議室
世界・中国史科	世界・中国の歴史(テーマを選んで解説) 市役所南館・講堂	月曜日 午前	40人	27日(月)・2月3日(月)・10日(月)午前10時から 市役所南館・講堂
歴史と人物科	歴史上の人物(テーマを選んで解説) 市立コミュニティセンター・大会議室	木曜日 午前	60人	30日(木)・2月6日(木)・13日(木)午前10時から 市立コミュニティセンター・大会議室
日本文化史科	日本の文化を様々な視点で解説 市役所南館・講堂	木曜日 午後	40人	30日(木)・2月6日(木)・13日(木)午後1時30分から 市役所南館・講堂
美術科	水彩画の基礎と応用(初級・中級者向け) 市役所南館・講堂	水曜日 午後	35人	29日(水)・2月5日(水)・12日(水)午後1時30分から 市役所南館・講堂
美術専科	自主制作で制作への意識を高める 市役所南館・講堂	火曜日 午後	35人	28日(火)・2月4日(火)午後1時30分から 市役所南館・講堂
園芸科	花木・草花などの栽培技術の習得 市役所南館・講堂	火曜日 午前	40人	28日(火)・2月4日(火)午前10時から 市役所南館・講堂
健康づくり科	健康づくり体操とトータルトレーニング 総合体育館	木曜日 午前	40人	30日(木)・2月6日(木)・13日(木)午前10時から 総合体育館
健康スポーツ科	健康づくりの各種スポーツの習得 総合体育館	火曜日 午前	40人	28日(火)・2月4日(火)午前10時から 総合体育館
ストレッチ&ダンス科	音楽を楽しみながらの体操 市立コミュニティセンター・大会議室	水曜日 午前	40人	29日(水)・2月5日(水)・12日(水)午前10時から 市立コミュニティセンター・大会議室
さわやかリズム体操科	音楽を楽しみながらの体操 市立コミュニティセンター・大会議室	水曜日 午後	40人	29日(水)・2月5日(水)・12日(水)午後1時30分から 市立コミュニティセンター・大会議室
健やか体操科	柔軟体操と楽々トレーニング 市立コミュニティセンター・大会議室	火曜日 午後	40人	28日(火)・2月4日(火)午後1時30分から 市立コミュニティセンター・大会議室

さやま荘落語会

とき 23日(木)午後1時30分～3時 ところ
さやま荘・多目的室
問い合わせ さやま荘 ☎ 366-2022

健康で明るく豊かな生活を営み、生きがいのある充実した人生を送るために、熟年大学で学び、新しい仲間をつくりませんか。教科内容や開講日などは、上表で確認してください。

受講期間 4月中旬～令和8年3月(夏季・冬季は休講) 講義回数 全40回(講義30回・一般教養公開講座10回) 対象 市内に住んでいるおおむね60歳以上の人 受講料 2万1700円(生徒会費1700円を含む) 申し込み 熟年いきいき事業実行委員会事務局、市役所高齢者福祉グループ、市立コミュニティセンター、社会教育センター、狭山池博物館、総

合体育館、市立公民館、SAYAKAホールで配布する申込書を、〒589-0005狭山一丁目862-5熟年いきいき事業実行委員会事務局。15日(水)～2月20日(木)必着 ※先着順

《見学会》申し込み はがきに見学希望コース・見学希望日・郵便番号・住所・名前(ふりがな)・年齢・電話番号を書いて、〒589-0005狭山一丁目862-5熟年いきいき事業実行委員会事務局。7日(火)必着 ※詳しくは、申し込み後に案内します 問い合わせ 熟年いきいき事業実行委員会事務局 ☎ 366-8899

青春の想い出を歌う会



とき 2月2日(日)午後1時～3時 ところ さやま荘・大広間

問い合わせ さやま荘 ☎ 366-2022



風呂の日

とき 27日(月)午前11時～午後4時(午後3時30分まで受け付け) 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



仁枝多恵美さん

(79歳・茱萸木)

私が好きな言葉は、感謝、思いやり、気配りです。昔から心に残っている良い言葉を自分の中に取り入れてきました。

18年前から狭山池まつりの陶器市に「おてだま」という名前で出店してきた仁枝多恵美さん。これまで、陶器の販売はそこそこに、陶器市の横でカレーライスを100人分つくったり、米を8升炊いておにぎりを250個つくって振る舞ったりと、地域の人のために活動してきました。

「当時、地域で活動していた85歳の方から、『この年になっても楽しく自分にできることが、ボランティアとして人のお役に立ててうれしい』と聞きました。この言葉を聞いて、私も自分ができることをやろうと思って昨年まで続けてきました。狭山池まつりでカレーライスを食べた子に『これからも狭山池を見守って参加してや』と、だれかのために自分ができるとしてほしい、という思いを伝えてきました」

陶芸を市立公民館で始めて30年以上。6年前から10人の会員で週に1回楽しんでいます。陶芸の魅力を尋ねると、

「自分が好きな亀やカエルの植木鉢をつくり、焼きの作業である釜入れもします。毎年、干支にちなんだものをつくり、知り合いにプレゼントして喜んでもらっています。陶芸はやっぱり、私の生きがいです。ふふふ」

そんな仁枝さんは卓球にも元気をもらっています。

「長崎がんばらば国体に出場し、39年前に狭山に来てからも続けてきました。今は南海金剛住宅の自治会館で楽しんでいます。うまくボールを返せたら一緒に喜ぶんです。練習後、みんなでお茶をしておしゃべりしています。卓球は、だれでもできるスポーツだと思います」

ほかにも、青少年指導員を12年間務め、西小学校の元気っこでは子どもたちに卓球を教えることができました。

「だれかの役に立つということは、人から元気をもらっているということ。人は体を動かすことで元気が出ます。自分で病気をつくらないことが大切です。今は、元気に夫の介護ができるよう、自分の健康のために卓球と陶芸を続けています」

特別養護老人ホームが開設されます

高齢者保健福祉計画および第8期介護保険事業計画に基づき、高齢者が住み慣れた地域でいつまでも尊厳をもって生活できる環境整備を推進するために募集した、介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)が1月上旬に開設されます。

施設名 特別養護老人ホームくみのき苑さらさ(東茱萸木四丁目1162-2)

入所者数 80人 ※入所申し込みなどは、(福)ラポール会☎367-0127へ電話してください

問い合わせ 高齢者福祉グループ☎349-9416

その電話、アポ電(特殊詐欺の電話)では？

市内の高齢者宅に、連続してアポ電(特殊詐欺の電話)がかかってきています。税務署の職員を名乗る人物から「税務調査の封筒を送った。還付金がある」、裁判所職員を名乗る人物から「携帯電話の料金が未納になっている。裁判になる。督促状を送る」、これらの電話はすべて詐欺です！不審な電話があれば、すぐに電話を切り、警察へ相談しましょう。

問い合わせ 黒山警察署☎362-1234

特殊詐欺被害を未然に防止するため 自動通話録音装置を無償で貸与しています

対象 65歳以上の人のおみの世帯、日中に65歳以上の人のおみになる世帯

問い合わせ 危機管理室☎366-0011

