

# シルバー情報のページ

福祉センター閉館日

さやま荘/3日祝・4日祝・5日祝・6日休・11日祝  
さつき荘/3日祝・4日祝・5日祝・6日休・10日休・11日祝・24日休・25日祝

## 歴史探訪「あの町この町再発見」

とき ①6月13日(金)・②10月17日(金)・③令和8年3月6日(金)午前9時から(全3回) 集合場所 金剛駅改札口 対象 おおむね60歳以上の人 コース ①中将姫ゆかりの地當麻の里を訪ねる/相撲館/當麻寺東門/當麻寺/地藏堂/石光寺/傘堂など ②大阪先駆の町を訪れる/大念沸寺/全興寺/博物館/杭全神社など ③古都奈良の古き町並み奈良町を訪れる/興福寺/猿沢池/元興寺極楽坊/奈良町資料館/十輪寺など 参加費 3000円(交通費・昼食代・拝観料・入館料などが別途必要) 定員 30人(先着順) 申し込み はがきに「あの町この町再発見」住所・名前(ふりがな)・生年月日・年齢・電話番号を書いて、〒589-10005 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(木)必着 問い合わせ 熟年いきいき事業実行委員会事務局 ☎366-8899



猿沢池

## 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(月)午後1時30分～2時30分

ところ さやま荘・多目的室

問い合わせ さやま荘 ☎366-2022

## 6月の 青春の思い出を歌う会

ボランティアグループ「ハーモニーさやま」の生演奏で、懐かしのメロディーを合唱します。

とき 6月1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 26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円が必要ですが 問い合わせ さやま荘 ☎366-2022

## 熟年大学夏季特別講座

令和7年度は「昭和を生きた人々」激動の昭和を生きた人々の生涯にスポットをあてます」をテーマに開催します。

とき・内容 ①6月23日(月)／(ム)責任一代植木等/クレイジーキャッツ、②6月30日(月)／「命のビザ」発給/外交官杉原千畝の苦闘の生涯、③7月7日(月)／七夕に何かが起こる/日中全面戦争と/日本国高峰秀子Vの七文字だけで届く軍事郵便、午後1時30分～3時(全3回) ところ 市役所南館・講堂 対象 市内に住んでいるおおむね60歳以上の人 講師 ①一色尚さん/元東

大阪大学・東大阪短期大学学長 ②高橋和清さん/元大阪府立大和川高等学校校長 ③加藤正彦さん/元大阪府立富田林高等学校校長 受講料 2000円(資料代を含む) 定員 30人(先着順) 申し込み はがきに熟年大学夏季特別講座受講・郵便

番号・住所・名前(ふりがな)・年齢・電話番号を書いて、〒589-10005 狭山一丁目862-5 熟年いきいき事業実行委員会事務局。6月10日(火)必着 問い合わせ 熟年いきいき事業実行委員会事務局 ☎366-8899





## 川崎ヒデ子さん

(82歳・半田)

昔から、お話をすることが好きでした。どんな活動をしていても、人と人との交流を大切にしています。

結婚をきっかけに大阪狭山市に引っ越してきた川崎ヒデ子さん。今も変わらず半田で活動しています。

「結婚してから、子育てや家の都合で、外出できる機会が少なかった。何か家の中でできることはないかと考え、刺繍を始めました。フランス刺繍という技法で、もう50年近く続いています。図案を基に下書きし、針と糸で縫っていきます。絵や掛け軸、姿鏡、カバンなど、今までたくさん作品をつくりました。細かい作品などは、一年以上かけてつくったものもあります。中でも特に思い入れがあるのは、杉とサンキライの葉の風景を表現した大きな一枚ものです。堺市立みはら歴史博物館に当時勤めていた友だちから、博物館に飾る大きい作品をつくってほしいと頼まれて引き受けました。友だちから、『見たよ!』って言ってもらえるとうれしいですね。今でも博物館に飾ってもらっているの、ぜひ見てください。ちなみに自宅にも飾りたいと思ひ、同じものを2個つくりました(笑)」

ほかにも、民生委員や地区の福祉委員も務めていました。「60歳くらいのときに、前任者の推薦で、民生委員を始めました。地区で一人暮らしのお家を訪れて、少しお話をします。もともと人と話すことは好きで、元気が無いように見える人が、話した後にはちよつと明るい表情になるのを見ると、自分もうれしいし、やりがいを感じていました」

お話をすることが好きな川崎さんの家の玄関には、おもてなしの気持ちが表れています。

「知り合いがよくふらつと家に遊びに来てくれるので、玄関に机といすを置いてあります(笑)。入ったらすぐ座れるので、気軽に話ができません。顔を向けてお話ができるポイントが気に入っています。また最近、健康のために、毎日5000歩歩くことを目標にしています。朝起きたら、スマホをポケットに入れて、活動開始。外を歩いていると知り合いと自然と顔を合わせて会話が生まれ、一石二鳥ですね」

川崎さんの日常は、今日も地域の人と共に流れていきます。

## フレイル予防トレーニング

心も体も老けないために

とき 6月からの毎月第1・第3木曜日午前10時〜11時30分 ※祝日など休日を含む ところ 社会教育センター・音楽室 講師 介護予防運動指導員 受講料 1回500円 定員 いずれも5人(先着順) 持ちもの 動きやすい服装、飲みもの 申し込み 社会教育センター、市立公民館、市役所生涯学習グループで配布

する申込書を各窓口へ直接。または、はがきに郵便番号・住所・名前(ふりがな)・年齢・電話番号・フアクシミリ番号を書いて、〒589-0001 茨木木二丁目306-4 社会教育センター。フアクシミリ(FAX)368-0121)も可。30日(金)必着 問い合わせ 社会教育センター ☎368-0121

## 令和7年度 後期高齢者医療保険料

均等割額 被保険者1人当たり5万7,172円

+

所得割額 賦課のもととなる所得金額

×

所得割率 11.75%

7月に、令和7年度の後期高齢者医療保険料の決定(本算定)に係る「保険料額決定通知書」と「納入通知書」の一体型通知書を送付します。

問い合わせ 大阪府後期高齢者医療広域連合資格管理課 ☎06-4790-2028、保険年金グループ ☎349-9472