

シルバー情報のページ

福祉センター閉館日 さやま荘／8月9日(日)・11日(祝)
さつき荘／8月8日(土)・9日(日)・11日(祝)・22日(土)・23日(日)・30日(日)

歴史探訪「あの町この町再発見」

とき ①10月2日(金)・②11月6日(金)③令和9年3月5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夕日燦爛の坂の町夕陽丘を歩く／天王寺公園・茶臼山古墳・一心寺・安居神社・清水寺・愛染堂・浄春寺・太平寺など ②大阪ビジネス街のレトロビル散策／淀屋橋・大阪倶楽部・中之島図書館・中央公会堂・北浜レトロビル・綿業会館・大阪ガスビル・芝川ビルなど ③大阪文学ゆかりの地を訪ねる／法善寺・織田

作之助文学碑・谷崎潤一郎文学碑・西鶴の墓・武田麟太郎文学碑・直木三十五記念館など 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・郵便番号・住所・名前(ふりがな)・生年月日・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 8月31日(月)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

さやりんおれんじカフェ



カフェ一覧 ※いずれも利用料100円

さくらあつたかカフェ ☎288-4381

とき 8月9日(日)午後2時～4時 ところ さくらの杜・半田(半田三丁目)

くみのきカフェ ☎368-2772

とき 8月23日(日)午後2時～3時30分 ところ 特別養護老人ホームくみのき苑(東茱萸木四丁目)

里カフェ ☎365-5878

とき 8月13日(木)・27日(木)午後2時～4時 ところ 介護老人保健施設さやまの里(岩室二丁目)

問い合わせ 高齢者福祉グループ ☎360-4085

金婚祝賀式を開催

とき 10月2日(金)午前10時30分～午後0時 ところ SAYAKA ホール・コンベンションホール 対象 令和8年9月15日時点で市内に住んでいる、昭和50年9月16日～昭和51年9月15日に婚姻届を提出した夫婦 ※昨年までの対象者で、都合により参加できなかった夫婦も可 申し込み 8月7日(金)までに市役所高齢者福祉グループへ直接 問い合わせ 高齢者福祉グループ ☎360-4085



出前勉強会「ご近所力のアップ！ふくしのタネまき」

高齢者が住み慣れた地域で自分らしい生活を続けられるよう支え合う地域をつくるため、勉強会を開催します。

テーマ ●介護保険制度を知ろう ●フレイル予防 ●ゲートキーパー養成研修 ●在宅介護の支援方法と体験 ●スマホ・パソコンの使い方講座 ●認知症サポートー養成講座 ●あなたの権利を守る／成年後見制度と高齢者の虐待防止 ●CSW(コミュニケーションソーシャルワーカー)とは 対象 市内で活動する10人程度の

グループなど 申し込み 開催を希望する1か月前までに電話で大阪狭山市地域包括支援センター。会場は市内で申込者が確保してください。講師の謝金や交通費は不要です。政治、宗教、営利を目的とした催しは不可。詳しくは問い合わせください

問い合わせ 大阪狭山市地域包括支援センター ☎368-9922



高齢者SOSネットワーク事業協力事業者募集

市では、高齢者SOSネットワーク事業に協力できる福祉・介護事業所、医療機関、スーパーやコンビニエンスストアなどの商店、企業、団体などを募集しています(7月1日現在、68の団体が協力機関として登録)。

「行方不明SOS事業」

道に迷う可能性のある人の情報を事前に登録し、道に迷った際に協力機関・事業所へ連絡し、早期の

発見に取り組んでいます。

「見守りSOS事業」

地域の人や事業者などが、日常生活でさりげない見守りや声かけを行い、認知症になっても安心して暮らせるまちをめざしています。

登録を希望する事業者は、市役所高齢者福祉グループへ問い合わせてください。

問い合わせ 高齢者福祉グループ ☎360-4085



木村篤樹さん

(69歳・茱萸木)

相手に笑顔になってもらおうと思つて接すると、自分も笑顔になるんです。そんなつながりを、このまちで育んでいきたいです。

約40年間、福祉関係の仕事をしてきた木村篤樹さん。「身近にいた精神や身体の障がいを持つ人たちが普通に生活できないのはおかしいと感じていて、大学で福祉を専門に学び、福祉業界へ飛び込みました」

福祉施設で働く中で、利用者と接する際は、前向きな会話を心がけていました。

「例えば、施設のイベントで利用者から『今日のイベントは暑くてしんどかったね』と言われたら、『暑くてしんどかったですね』ではなく、『暑くてしんどかったけど、楽しかったですね』と返事したら、その人も『確かに楽しかったね』としんどいことではなく、楽しい思い出として残ります。また、決して『頑張つて』とは言わないようにしていました。皆さん自分なりに頑張っているのに、そんなことを言うと傷つけてしまうかもしれないですから。前向きな会話は私の心の健康にもつながります」

定年退職後は、福祉業界での経験を生かして、民生委員や地区の役員、さやりんおでかけサポートなどの地域活動に精力的に取り組んでいます。

「クリスマスの時期には、北摂や泉南地域の施設にサンタクロースとして招かれました。子どもたちはサンタクロースが好きで、すごく喜んでくれました。クリスマスに向けてひげを伸ばして、終わると少し短く切っていたのが懐かしいです(笑)。学生時代から好きだった音楽活動も続けていて、施設などでジャズギターなどを演奏して喜んでもらえると嬉しいですね」

現在は、市内での活動を主に行っています。

「生まれ育った大阪狭山市に恩返しをしたいので、これからも地元で活動が続けていきたいです。自分一人の力でできることには限界があるので、いろんな人を巻き込みながら、障がいの有無にかかわらず、多様な地域の人が交流できる拠点や子どもたちの居場所づくりに取り組んでいきたいです」

人に寄り添い、地元をこよなく愛する木村さんは今後もパワフルに活動を続けます。

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、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7日～11月25日の水曜
日午後1時30分～2時30分(全8回) ※予備日は12月2日(水)
ところ 履正スイミングクラブ金剛(半田一丁目) 参加費 2200円 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 9月7日～11月23日の
月曜日午後3時～4時(全12回)

風呂の日

とき 8月26日(水)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



※予備日は11月30日(月) ところ スポーツクラブ&サウナルネサンス狭山24(東茱萸木四丁目) 参加費 2500円 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 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(マイナンバーカードなど)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(FAX367-1254)も可。8月5日(水)～14日(金)必着 ※簡単な健康チェックと同意書の記入が必要。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 ☎360-4085