



皆さんからの情報を誌面で紹介します。高齢者にかかわるイベントやサークル活動などの情報をお寄せください。あて先は〒589-8501大阪狭山市役所広報・魅力発信グループ

いきいき花の講習会

「涼味あふれるハーブ寄せ植え」



とき 26日(土)午後2時～4時 講義・実技各60分
ところ 市役所南館・講堂
対象 おおむね60歳以上で市内または周辺に住んでいる人
講師 大鷹和久さん／赤松種苗株式会社
参加費 3000円(教材費など)
申し込み 35人(先着順)
 はがきに「涼味あふれるハーブ寄せ植え講習会」と住所・名前(ふりがな)・郵便番号・生年月日・電話番号を書いて、〒589-0005狭山1丁目862-5 熟年いきいき事業実行委員会事務局。10日(木)消印有効
問い合わせ 熟年いきいき事業実行委員会事務局 ☎ 366-8899

健康太極拳講座第38期会員募集

健康太極拳は、年齢を問わず健康づくりができます。
とき 5月19日～8月25日の指定する土曜日、A組/午後1時30分～3時、B組/午後3時20分～4時50分(全12回)
ところ SAYAKAホール・リハーサル室ほか
対象 おおむね60歳以上の人
講師 中谷吉夫さん/揚名時健康太極拳師範
受講料 1万円
定員 各組10人(先着順)
申し込み はがきに「健康太極拳」と、郵便番号・住所・名前(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号・希望の組・無料体験を希望する場合は「無料体験」と書いて〒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へ郵送または直接。12日(土)必着
無料体験 は1回のみ
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

認知症の人や家族、地域の人など、誰でも気軽に集まり、仲間づくりや情報交換をする場です。オレンジ色ののぼりが目印です。

- 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 13日(日)午後2時～4時30分 ところ さくらの杜・半田(半田三丁目)
- げんきカフェ ☎ 366-6535
とき 9日(水)・26日(土)いずれも午後2時～5時 ところ げんき館(栄栗木三丁目)
- カフェおもちゃ館 ☎ 365-6688
とき 5日(祝)・12日(土)・16日(水)・19日(土)・26日(土)いずれも午後2時～4時 ところ リハビリデイサービスおもちゃ館(西山台六丁目)
- くみのきカフェ ☎ 368-2777
とき 月～金曜日いずれも午後2時～4時 ところ 特別養護老人ホームくみのき苑(東栗栗木四丁目)
- カフェ笑(しょう) ☎ 320-8268
とき 6日(日)・20日(日)いずれも午後1時～4時 ところ デイサービス笑狭山(大野台七丁目)
- 里カフェ ☎ 365-5878
とき 10日(木)・24日(木)いずれも午後1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 高齢介護グループ

介護者家族の会

「たまゆら」

日々の介護の悩みや疑問について話し合う場です。
とき 17日(木)午後1時30分～3時30分
ところ 市役所・防災対策室
内容 交流会、コーヒーサロン
参加費 無料
申し込み 不要
問い合わせ 地域包括支援センター(橋野・生地) ☎ 368-9922

右田洋海さん

261

右田洋海さん 東池尻二丁目

(73歳)



パソコンは身体の一部です。パソコンのことでお困りごとがありましたら、いつでも相談に来てください。

現役時代はSE(システムエンジニア)をされておられた右田さん。今でも日常の中心はパソコンにあるそうです。
 「パソコンは私の身体の一部ですね。若いときは徹夜で作業をすることもよくありました。今も自宅には自作のデスクトップが3台、ノートパソコンが3台あります。パソコンの前が私のホームグラウンドになっています」

その知識・技術を活かして市民活動支援センターの「パソコンお困り相談」のスタッフをはじめ、4つのパソコン教室の講師も務められています。
 「ソフトからハードまで、様々な相談に乗っています。自宅まで赴いて、ディスプレイの修理やシステムの更新作業を手伝うこともよくあります。そのおかげで市内の地理にはかなり詳しくなりました。今では口コミで

評判が広がって相談する人が増えています。特に年末は年賀状づくりのお手伝いでとても忙しくさせてもらっています」
 現役を引退後も、パソコンを中心に活動されている右田さん。奥さんの理解があつてこそできてると語られました。
 「妻からはパソコンおたくと呼ばれています。結婚して44年になりますが、ここまでこれたのは妻の辛抱のおかげですね」
 最後に、今後また皆さんのパソコンに関する相談に乗りたい、と意欲的に語ってくださいました。
 「パソコンについてのお困りごとがあれば何でも相談してください。修理したり、問題が解決したりして、皆さんが喜んでくださるのが一番の楽しみです」

さやま荘クラブ員を募集

さやま荘では、25のクラブと2つの同好会が活動しており、随時クラブ員を募集しています。見学・体験が可能です。詳しくは、問い合わせしてください。

問い合わせ さやま荘事務局 ☎ 366-2022

クラブ				同好会
バンパー	囲碁	謡曲	手芸	健康体操
将棋	和太鼓	ゲートボール	太極拳	気功体操
俳句	英会話	カラオケ(3クラブ)	フラダンス	華道
書道	パソコン	茶道	社交ダンス	園芸
卓球	ロコモ体操	健康麻雀	新操	おとこ 漢の料理

男性のための運動教室

「エンジョイトレーニング」

伸ばす、ほぐす、鍛える運動で無理なく筋力をアップさせましょう。
とき 23日～7月18日の毎週水曜日(6月13日を除く)全8回 午前10時30分～11時30分
ところ さやま荘 多目的室
対象 市内に住んでいる60歳以上の男性で医師に運動を制限されていない人
参加費 無料
定員 20人(先着順)
申し込み 11日(金)までにさやま荘へ直接
問い合わせ さやま荘 ☎ 366-2022

「さやま荘」にお越しください

- 【春の映画祭】**
とき 16日(水)午後1時～3時 ところ さやま荘・大広間 題名「嵐をよぶ男」(邦画) 入場料 無料
- 【風呂の日】**
とき 28日(月)午前11時～午後4時(受付は午後3時30分まで) ところ さやま荘 入浴料 無料

問い合わせ さやま荘 ☎ 366-2022