

～さやま荘・さつき荘～

土・日曜日・祝日の開館日

2日(土)・3日(日)・16日(土)・17日(日)
30日(土)

「さやま荘」にお越しください

【風呂の旦】とき 26日(火)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

※風呂の日以外は100円

問い合わせ さやま荘 ☎366-20022

「エンジョイイレク」参加者募集

～元気に笑って、楽しく体を動かしましょう～

「エンジョイイレク」

とき 4月1日～平成32年

(2020年)3月16日の第1・第

3月曜日(祝日を除く)午前9時

30分～10時30分または午前10時

45分～11時45分 ところ さや

ま荘・大広間 対象 市内に住

んでいる60歳以上の人 内容

ストレッチとレクリエーション

を中心とした健康運動教室 参

加費 1200円 定員 いず

れも25人(多数の場合は初めての

人を優先) 申し込み 8日(金)ま

でにさやま荘へ直接

「エンジョイトレーニング」

とき 4月8日～平成32年

(2020年)3月23日の第2・第

4月曜日(祝日を除く)午前10時

30分～11時30分 ところ さや

ま荘・大広間 対象 市内に住

んでいる60歳以上の男性 内容

ストレッチと筋力トレーニング

を中心とした男性のための健康

運動教室 参加費 1200円

定員 25人(多数の場合は初めて

の人を優先) 申し込み 8日(金)

までにさやま荘へ直接

問い合わせ さやま荘 ☎366-



2022

14

問い合わせ 熟年いきいき事業実行委員会事務局 ☎366-8899

平成31年度熟年大学「一般教養公開講座」受講生募集

とき いずれも午後2時～4時(全10回) ところ SAYAKA ホール・大ホール 受講料 5,000円(10回分) 定員 250人(先着順) 申し込み 1日(金)～20日(水)に、市役所高齢介護グループ、ニュータウン連絡所、SAYAKA ホール、市立公民館、総合体育館、市役所南館で配布する募集要項を確認し、添付の郵便払込取扱票に必要事項を書いて、郵便局から振り込み ※事務局では受け付けできません

と き	内 容	講 師
5月16日(木)	佛の教えと毘沙門さま	田中眞瑞さん 信貴山大本山千手院貫主
6月20日(木)	変貌する新今宮	松村嘉久さん 阪南大学国際観光学部教授
7月19日(金)	日本人の死生観 ～ふさわしい生き方とは～	カール・ベッカーさん 京都大学政策のための科学ユニット特任教授
9月20日(金)	日本庭園の文化	小野健吉さん 和歌山大学観光学部教授
10月17日(木)	おっと危ない!間違っていますか?あなたの食常識	織田真智子さん (株)キッチン・オリタ代表
11月22日(金)	交流の日本中世史	呉座勇一さん 国際日本文化研究センター教授
12月20日(金)	東大寺の大仏に込められた願い	西山厚さん 帝塚山大学文学部文化創造学科教授
平成32年1月16日(木) (2020年)	他者と共に生きるための 知恵を学ぶ	田原範子さん 四天王寺大学人文社会学部教授
平成32年2月20日(木) (2020年)	高齢者と眼 ～健康な眼で QOLの向上を!～	福田全克さん 大阪府社会保険支払基金医療顧問
平成32年3月12日(木) (2020年)	大阪のおばちゃんと言う「文化」	前垣和義さん 大阪研究家相愛大学文学部客員教授



俵 益生さん

(70歳・西山台二丁目)

これまで育ててきてもらった「さやま」をもっと元気にしていきたい、少しでも恩返しをして

独立を機に大阪狭山市に住んで20年。これまで、再開発のコンサルタントや、不動産鑑定士など、土地活用や権利調整の仕事で活躍されてきた俵さん。最高裁委嘱の調停委員としても18年間取り組みました。

「自分の専門知識を困っている人に還元したいという思いで続けてきましたが、調停委員は今年で定年です。民事の紛争解決に協力した自分自身の経験から、現場を見る力が養われました」

また、ニュータウンの活性化指針策定委員会委員やまちづくり市民委員など、積極的に市のまちづくりに関わっていただいています。

「これまで円卓会議にも参加し、まちで活動する大切さを感じてきました。職業柄、さやまの現状がいろいろな観点からよくわかります。特にニュータウンの地価が下がっている現状を踏まえると、自分たちのまちを生き残らせるため、ソフト面だけではなく、まちを変えるエネルギーとなるハード面での取り組みが必要だと感じています。まちが変わったな、という印象が大切。市民の期待がかたちになるような、自分ごとのまちづくりを進めてほしいなあ」

大阪狭山市の好きなところを尋ねると、

「一番感じるのは、市の職員を含め、人がフレンドリーなところ。自治会でもつながりがある、気軽に声を掛け合える住みよいまちですね。これまで育ててもらったこのまちに愛着があります。さやまに住んでいる人はこのまちが好きだと思う。活動している人たちも熱心にまちのことを考えている。だからこそ、これまで積み重ねてきた財産で生きていくのではなく、さやまらしさを維持していくために築いていくものが必要。これから、少しでも自分の知識や経験を生かして恩返しをしていきたいですね」

優しい笑顔の先に大阪狭山市への愛と熱意を感じました。

HATSOULAT はつらつ健康体操

～平成31年度Aコース～

とき 5月7日・21日・6月4日・

18日・7月2日・16日・8月6日・

20日・9月3日・17日の火曜日



いずれも午後1時～2時30分(全10回) ところ 池尻体育館 対象 介護保険の要支援・要介護認定を受けていない60歳以上の人(平成30年度Bコースに参加した人は申し込みできません) 内容 心身機能の低下防止を目的としたレクリエーションや運動など 参加費 無料 定員 30人(先着順) 申し込み・問い合わせ 5日(火)午前9時から保健センターへ電話または直接

いきいきウォーキングの会

～和泉に弥生人の足跡を探る 約8km～

とき 集合場所 4月5日(金)午前

9時に金剛駅改札前 ※雨天の

場合は4月12日(金) コース 南

海高野線「金剛駅」～JR阪和線

「三国ヶ丘駅」～JR阪和線「北信

太駅」～葛葉稲荷神社～池上曽根

遺跡～黒鳥山公園(昼食)～JR

阪和線「和泉府中駅」(解散は午後

4時ごろ) ※約8km 対象 い

きいきウォーキング会員 ※当

日入会可。年会費800円が必要

参加費 300円 持ちもの

弁当、飲みもの、敷物、健康保険

