

シルバ
情報の
ペー
ジ

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

熟年大学授業見学会参加者募集

大阪狭山市熟年大学では授業見学会を実施します。

【日本史料】▼とき 28日(月)午前
 10時から ▼ところ 市立コ
 ミュニティセンター 【園芸科】
 ▼とき 29日(火)午前10時から ▼
 ところ 市役所南館・講堂 【健
 康スポーツ科】▼とき 29日(火)
 午前10時から ▼ところ 総合
 体育館 【健やか体操科】▼とき
 29日(火)午後1時30分から ▼と
 ころ 市立コミュニティセン
 ター 【美術基礎科】▼とき 30
 日(水)午前10時から ▼ところ 市
 役所南館・講堂 【リズム体操
 科】▼とき 30日(水)午前10時か
 ら ▼ところ 市立コミュニティ

センター【世界史料】▼とき 31
日(木)午前10時から ▼ところ 市
役所南館・講堂 【健康体力づく
り科】▼とき 31日(木)午前10時
から ▼ところ 総合体育館 ▼
申し込み はがきに熟年大学
見学会希望と見学希望科目(複
数可)・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。15日(火)必
着 ※詳しくは、申込受付後に
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

老齡基礎年金の繰り上げ請求は注意を

老齡基礎年金は、受給資格を満した人が65歳になると支給されますが、60歳から65歳まで

の人も希望すれば繰り上げて受給することができます。ただし、いったん手続きをすると取り消

すことができません。

受給する年金額は、手続きをしたときの年齢によって減額され、その支給率は生涯変わリません。

【繰り上げ支給率】60歳で70%、

61歳で76%、62歳で82%、63歳で88%、64歳で94%、65歳で100% ※1か月ごとに支給率が0.5%変わります

●繰り上げ受給した後に障がい等級に該当した場合でも、障がい

い基礎年金は請求できません。

●繰り上げ支給の老齢基礎年金と遺族厚生(共済)年金は、どちらか一方しか受給できません。

老齡基礎年金を繰り上げ受給した場合、遺族厚生(共済)年金は65歳まで停止されます。なお、

繰り上げ受給した後に、遺族厚生(共済)年金を受給できるようになった場合でも、65歳になるまでは、どちらか一方しか受給できません。

●老齢基礎年金を繰り上げ受給した場合、寡婦年金は受給できなくなります。なお、繰り上げ受給した後に、寡婦年金が受給できるようになった場合でも、寡婦年金は受給できません。

▼問い合わせ 天王寺年金事務所 ☎06・6772・7531

元素にいきいき

269

川島一恭さん 西山台四丁目

(81歳)



家族の理解と支え、健康、何より「ありがとう」の言葉がボランティアの源です。体力が続く限り続けたいですね。

退職を機に長年住み慣れた大阪狭山市へ戻ってきた川島さん。時間もあったので何かお手伝いできることがあればと社会福祉協議会を訪ねたことが、川島さんがボランティア活動を始めるきっかけでした。

助員の製作・提供、催しへの参加
 に加え、介護相談員や民生委員
 なども務めてくれました。
 「大したことは何もししていな
 いんですが、ボランティアが縁
 で多くのことを学びました」
 と話す川島さん。

「これまでの活動の中で苦労することもありました、ありますがこの言葉をかけてもらった

ボランティアと出会って十数年。今では活動を通じた出会いや学びが生きがいになっているそうで、「体力が続く限り活動は続けたい」と、まだまだ現役を宣言していただきました。

と少し照れくさそうに話す川島さん。

られたと思います。面と向かっては言えませんが…」

介護者家族の会「たまゆら」で健康体操

日々の介護で悩んでいることや疑問に思っていることを解決できるように話し合う場です。

▼とき 17日(木)午後1時30分～
3時30分 ▼ところ 市役所・

第2会議室 ▼内容 健康体操
▼参加費 無料
▼問い合わせ 地域包括支援セ
ンター(橋野・生地) ☎368・9
922)

憩いの場「さやま荘」にお越しく下さい

さやま荘は、市内に住んでい
る60歳以上の人が利用できます。

【新春の映画祭】▼とき 30日(水)
午後1時〜3時 ▼ところ 大

広間 ▼ 題名 「もういちど」(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 大浴場
▼入浴料 無料 ※風呂の日以外は100円
「さやま荘落語会」▼とき 28日
(月午後1時30分~3時) ▼ところ 大広間 ▼参加費 無料
▼問い合わせ さやま荘 ☎36
6・2022

平成31年度
 熟年大学受講生募集

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、左表で確認してください。

▼受講期間 4月中旬～平成32年(2020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 15日(火)から熟年いきいき事業実行委員会事務局、市役所高齢介護グループ、ニュータウン連

絡所、社会教育センター、総合
 体育館、市立公民館、SAY A
 KAホールで配布する申込書に
 必要事項を書いて、〒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。2月15日(金)必着 ※新規
 受講者優先、多数の場合は抽選
 ▼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
熟年大学受講生募集

平成 31 年度 (2019 年度) 熟年大学受講コースの案内			
コース	教科内容・受講場所	開講日	定員
日本史料	日本の歴史（テーマを選んで解説）	月曜日 午前	60 人
	市立コミュニティセンター・大会議室		
世界史料	世界の歴史（テーマを選んで解説）	木曜日 午前	40 人
	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）	木曜日 午後	40 人
	市役所南館・講堂		
中国史料	中国の歴史（テーマを選んで解説）	月曜日 午前	40 人
	市役所南館・講堂		
古典文学科	古典文学（テーマを選んで解説）	月曜日 午後	40 人
	市役所南館・講堂		
日本文化史料	日本の文化を様々な視点で解説	木曜日 午前	60 人
	市立コミュニティセンター・大会議室		
美術基礎科	水彩画の基礎の習得	水曜日 午前	35 人
	市役所南館・講堂		
美術応用科 (美術系の修了者、経験者)	水彩画の応用技法の習得	水曜日 午後	35 人
	市役所南館・講堂		
美術専科 (美術系の修了者、経験者)	水彩画の自主制作	火曜日 午後	35 人
	市役所南館・講堂		
園芸科	花木・草花などの栽培技術の習得	火曜日 午前	40 人
	市役所南館・講堂		
健康体力づくり科	体力づくり体操とトータルトレーニング	木曜日 午前	40 人
	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	火曜日 午前	40 人
	総合体育館		
リズム体操科	リズム体操の習得	水曜日 午前	40 人
	市立コミュニティセンター・大会議室		
ストレッチ体操科	ストレッチを取り入れた講座	水曜日 午後	40 人
	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	火曜日 午後	40 人
	市立コミュニティセンター・大会議室		