

シルバー情報のページ

福祉センター閉館日 さやま荘／13日(日)・14日(祝)・22日(祝)
さき荘／12日(土)・13日(日)・14日(祝)・22日(祝)・26日(土)・27日(日)

市内最高齢者などに記念品を贈呈

「いつまでも元気にいきいきと」

今年度、100歳になる人は市内に12人います。市内の最高齢者は、女性が島田美佐子さん(105歳／大正2年生まれ)、男性が山林鹿造さん(104歳／大正4年生まれ)です。市内最高齢者のお二人へ、市長から記念品を贈呈しました。



品を贈呈しました。なお、年度内に100歳になる人には、誕生日以後の日程で、市長から記念品を贈呈する予定です。詳しくは問い合わせください。

問い合わせ 高齢介護グループ

青春の思い出を歌う会

ボランティアグループ「ハーモニィさやま」の生演奏で懐かしのメロディーをみんなで合唱します。

とき 6日(日)午後1時～3時

ところ さやま荘・大広間 参加費 無料
問い合わせ さやま荘 ☎ 366-2022

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 16日(水)午後1時30分～3時30分
ところ 市役所・防災対策室 内容 グループワーク、コーヒーサロン 参加費 無料
問い合わせ 地域包括支援センター(阪本・橋野) ☎ 368-9922

「さやま荘」にお越しください

【風呂の日】
とき 26日(土)午前11時～午後4時(受け付けは午後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 ☎ 366-2022

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 28日(月)午後1時30分～3時と
ころ さやま荘・多目的室 参加費 無料
問い合わせ さやま荘 ☎ 366-2022

シニア体力測定会

とき 31日(木)午前10時～11時30分(受け付けは午前9時30分から)、午後1時30分～3時(受け付けは午後1時から)と
ころ さやま荘 対象 市内に住んでいる60歳以上で医師に運動を止められていない人 内容 握力、長座体前屈、上体起こし、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6

分間歩行 参加費 無料 定員 いくれも32人(先着順) 持ちもの タオル、飲みもの、上靴、動きやすい服装 申し込み 17日(木)までにさやま荘へ電話または直接
問い合わせ さやま荘 ☎ 366-2022



2019年度熟年大学秋季特別講座受講生募集

テーマ ～「日本を知る」～

とき・ところ・内容 下表のとおり、午前10時～午後0時 対象 おおむね60歳以上の人 講師 福田英人さん／大阪府教育庁文化財保護課
受講料 2,000円(3回通し分、交通費・施設入館料は別途必要) 定員 30人(先着順) 申し込み はがきに郵便番号・住所・名前(ふりがな)・生年月日・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

とき	内容	ところ
10月30日(水)	「世界遺産の仕組みと百舌鳥・古市古墳群の概要」	市役所南館・講堂
11月6日(水)	「現地研修①～百舌鳥古墳群～」	JR阪和線舌鳥駅集合
11月13日(水)	「現地研修②～古市古墳群～」	近鉄南大阪線土師ノ里駅集合

※現地研修では古墳群を観察し、出土した副葬品や埴輪を見学します

問い合わせ 熟年いきいき事業実行委員会事務局 ☎ 366-8899

いきいきウォーキングの会

～静寂な奥河内に紅葉を訪ねて 約8km～

とき 11月8日(金)(雨天の場合15日(金)) 集合場所 午前9時に「金剛駅」改札口 コース 南海高野線「金剛駅」～「三日月町駅」～観心寺～延命寺～「三日月町駅」解散(午後3時ごろ) 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 600円(観心寺拝観料300円を含む) 持ちもの 弁当、飲みもの、敷きもの、

健康保険証 申し込み 当日受け付け
問い合わせ 熟年いきいき事業実行委員会事務局 ☎ 366-8899



山口由紀子さん

(73歳・池尻自由丘三丁目)

私の活動は、皆さんに教えてもらったことへのお礼です。なんでも断らずに参加していたら、周りの人に恵まれていました。

「なんでもやってみたい」この言葉が、印象に残る山口さん。熟年いきいき事業の実行委員は8年目、狭山池博物館がオープンするときのボランティアを3年間、ずっと続けている南京玉すだれに水彩画、詩吟まで「やってみたいこと」「新しいこと」に積極的に参加しています。

「実行委員を始めたきっかけは、熟年大学に参加したころ、何も知らない私に皆さんがいろいろなことを教えてくれたことへのお礼の気持ちでやっています。高校時代の生徒会みたいで本当に楽しいんです」

お孫さんの通う幼稚園で、南京玉すだれを一人で披露したとき、園児たちから贈られた拍手も活力に。

「孫に『教えて』と言われたり、子どもたちに握手を求められたりしてびっくりしました。拍手をして喜んでもらえたことがとてもうれしくて忘れられません」

そんな山口さんが、一度苦しい思いをしたという水彩画。「なかなか思うように描けない。どうしたらいいんだろうと落ち込んだときもありました。そんな中でも、一緒に描いている人や先生の指導のもと、継続して描いているうちに、思った色が出ることが喜びに変わっていました。水彩画はその人の色が出ます。今では、仲間の絵を見ただけでだれの絵なのかわかります」

それぞれで知り合った仲間が山口さんの元気の源。誘われると二つ返事でまず参加してみる。この気持ちで、周りの人を明るくして、巻き込んでつながりを深めています。

「これまで好きなことをやってこれたのは、夫の理解があったから。私は本当に人に恵まれていて、子どもにも周りの人にも、いろんなところで助けられました」

最後に、今後について尋ねると、

「これからも、なんでもやってみたいです。パソコン以外なら」と屈託のない笑顔で答えてくれました。

いきいき花の講習会

～陶芸(鉢作り)を楽しむ
原種系チューリップ・アリウムを植える～

とき・内容 ①19日(土)午前9時30分～午後0時・午後1時～3時30分／作陶 ②11月16日(土)午後1時～2時／植栽と
ころ ①市立公民館・陶芸室 ②市役所南館・講堂 対象 市内または近隣に住んでいる

おおむね60歳以上の人 参加費 2800円 定員 ①いくれも11人、②22人 ※先着順 申し込み はがきに「いきいき花の講習会」郵便番号・住所・名前(ふりがな)・生年月日・電話番号・希望する時間帯を書いて、〒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 問い合わせ 熟年いきいき事業実行委員会事務局 ☎ 366-8899

