

シルバー情報のページ

福祉センター閉館日 さやま荘／12日(日) さつき荘／11日(土)・12日(日)・25日(土)・26日(日)

歴史探訪「あの町この町再発見」 河内三太子を訪ねる

とき ①7月22日(金)・②9月30日(金)・③令和5年1月20日(金)(全3回) 集合場所 午前8時30分に金剛駅改札口 対象 おおむね60歳以上の人 コース ①南海高野線「金剛駅」～「河内長野駅」～近鉄



長野線「喜志駅」～金剛バス「聖徳太子御廟前」～叡福寺～西方寺～推古天皇陵～三子塚古墳～小野妹子墓(解散) ②南海高野線「金剛駅」～「河内長野駅」～近鉄長野線「古市駅」～野中寺～菅田八幡宮～応神天皇陵～白鳥陵古墳など(解散) ③南海高野線「金剛駅」～「新今宮駅」～JR大和路線「久宝寺駅」～大聖將軍寺～物部守屋墳～鎚矢塚～弓代塚など(解散) 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 25人(先着順) 申し込みはがきに「あの町この町再発見」・住所・名前(ふりがな)・生年月日・年齢・電話番号を書いて、〒589-10005 狭山一丁目862-15 熟年いきいき事業実行委員会事務局。25日(土)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

オレンジ色ののぼりが目印

さやりんおれんじカフェ

問い合わせ 高齢介護グループ ☎349-9416

認知症の人や家族、地域の人など、だれでも気軽に集まり、仲間づくりや情報交換をする場です。

利用料はいずれも100円

げんきカフェ ☎366-6535

とき 8日(水)午後2時～4時30分 ところ げんき館(茱萸木三丁目)

さくらあつたかカフェ ☎288-4381

とき 12日(日)午後2時～4時 ところ さくらの杜・半田(半田三丁目)

カフェおもちゃ館 ☎365-6688

とき 18日(土)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 ☎368-2772

とき 月～金曜日(祝日など休日を含む)午後2時～4時 ところ 特別養護老人ホームくみのき苑(東茱萸木四丁目)

カフェ笑(しょう) ☎320-8268

とき 5日(日)・19日(日)午前10時～午後3時 ところ デイサービス笑狭山(大野台七丁目) ※モーニングは利用料300円

里カフェ ☎365-5878

とき 9日(木)・23日(木)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)

青春の
想い出を
歌う会

とき 5日(日)午後1時～3時
ところ さやま荘・大広間
定員 30人(先着順) 申し込み・問い合わせ 3日(金)までに電話でさやま荘 ☎366-2022

市職員が還付金の案内でATMへ誘導することはありません

市役所職員をかたった詐欺電話が増加しています。保険料の還付があるなどと、巧みにATMへ誘導してきます。不審な電話を受けた場合、一旦電話を置き、警察や家族へ相談しましょう。詐欺電話には通話内容を録音できる「自動通話録音装置」も有効です。

自動通話録音装置を無償貸与

電話を使った特殊詐欺被害を未然に防止するため「自動通話録音装置」を無償で貸与しています。詳しくは、危機管理室へ問い合わせてください。

対象 高齢者(65歳以上)のひとり暮らしの世帯、高齢者のみの世帯、日中に高齢者のみとなる世帯

問い合わせ 危機管理室 ☎366-0011、黒山警察署 ☎362-1234





山岡伸伍さん

(79歳・東池尻)

精一杯やっているけど、みんながついてきてくれる。初めはわからなくても、続けることでやりがいにつながっていきます。



平成28年に、老人会の会長に就任した山岡さん。
「老人会では、地域の人々が心も体も元気に過ごせるように、いきいき百歳体操やグラウンドゴルフなどの活動をしています。ほかにも、会員同士の親睦を深めるための旅行を年に1回開催したり、毎週土曜日には、農協女性部が主催する朝市を手伝ったりもしています」

会長に就任した当初は様々な苦労があったそうです。

「退職するまでは、地域の活動はしてこなかったのですが、初めは戸惑うことがとても多かったんです。右も左もわからない中で、会計のやりくりなどで、前年までの記録を確認したり、副会長や会計係の人と協力しながらやってきました」

いきいき百歳体操は、山岡さんが会長になってから始めた活動です。

「ほかの地区でいきいき百歳体操をしていることを市役所で聞き、東池尻地区でも始めようと思い、一からスタートしました。集まって和気あいあいと体を動かせると、みんなが喜んでくれるのでうれしいですね。生まれたときからこのまちに住んでいるので、ほかの地区の団体などとのやりとりも、昔なじみの友人と話すようで楽しいです。初めは大変でも、やり続けていくとみんながついてきてくれるので、それがやりがいにつながっています」

「老人会として、地域の人の楽しんでもらいながら、今の活動を継続させていきたいです。会長の仕事を次の人に教え、次の会長が困らないように工夫もしています。個人としては、趣味の釣りや旅行を楽しみたいです。その土地ごとにたくさんのお見聞があるので、勉強にもなります。これまで国内外問わず、いろいろなところに行きましたが、まだ行ったことがないところに行き足運んでみたいですね」

今後の目標を伺うと、

「老人会としては、地域の人の楽しんでもらいながら、今の活動を継続させていきたいです。会長の仕事を次の人に教え、次の会長が困らないように工夫もしています。個人としては、趣味の釣りや旅行を楽しみたいです。その土地ごとにたくさんのお見聞があるので、勉強にもなります。これまで国内外問わず、いろいろなところに行きましたが、まだ行ったことがないところに行き足運んでみたいですね」

趣味も老人会の活動も、続けていくことがやりがいにつながり、それが地域の人の喜びや健康につながっています。

シルバー人材センター会員を募集しています

市内に住んでいて、働く意欲がある60歳以上の健康な人であれば、だれでも登録できます。主な仕事の内容は、植木のせん定、草引き、植木の水やり、屋内外清掃、事業所手伝い、家事手伝い、包装、こん包、ちらし配布、あて名書き、施設管理、一般事務などです。

問い合わせ シルバー人材センター ☎ 366-2277

ひとり暮らしや寝たきりの高齢者の自宅を民生委員が訪問します

6月から、民生委員が担当区域内の見守り活動や、地域の困りごととの相談などを目的に、ひとり暮らしや寝たきりの高齢者を訪問します。

訪問したときに、災害など緊急時の関係機関との連携を図る基礎資料として、「ひとり暮らし・寝たきり高齢者台帳」の作成をお願いしています。

訪問へのご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ 高齢介護グループ ☎ 349-9416

国民年金任意加入制度

60歳までに老齢基礎年金の受給資格を満たしていない人や、40年の納付済期間がないため老齢基礎年金を満額受給できない人で、年金額の増額を希望するときは、60歳以降でも国民年金に任意加入することが出来ます。また、老齢基礎年金の受給資格期間10年を満たしていない人は、70歳に到達するまでは任意加入することが出来ます。このほか、海外在住で日本国籍を有する人も任意加入できます。加入は、申し出のあった月からとなり、さかのぼって加入することはできません。

問い合わせ 天王寺年金事務所 ☎ 06-6772-7531、保険年金グループ ☎ 349-9473