

シルバー情報のページ

福祉センター閉館日

さやま荘／3日祝・12日祝・23日祝
さつき荘／3日祝・11日祝・12日祝・23日祝・25日祝・26日祝

金婚祝賀式を開催

結婚50周年を迎えた夫婦をお祝いする金婚祝賀式を、10月6日にSAYAKAホール・コンベンションホールで開催しました。

参加した32組の夫婦には、来賓の皆さんからのお祝いの言葉に続き、古川市長から記念品が贈られました。参加者の皆さんは、それぞれの思いで50年にわたる結婚生活を振り返りました。

夫婦円満の秘訣などを伺いました

(前崎泰利さん・藤子さん)

泰利さん 市内に居を構えて43年。いろんなまちに住みましたが、ここが一番です。何より周りの皆さんが温かい人ばかりです。藤子さん 私と同じように思っています。



泰利さん 夫婦が仲良くやっていくには、お互いの活動に理解を持つことが大切だと思います。妻は民生委員をやってくれていました。頭が下がります。

藤子さん 21年間生きてきましたが、家族の理解があつてこそでした。

泰利さん 自分のことで精いつ

ばいでは駄目で、その人のことを思うのが人の本当の姿だと思えます。妻が平均寿命を迎えるまで生きたいです。



藤子さん 夫に優しくしてもらえて本当に良かったです。このまま2人で長く生活を送りたいと思っています。

問い合わせ 高齢介護グループ
☎349-9416

高齢者教養講座

とき 15日(水)午前10時30分～11時15分

ところ さやま荘・大広間

内容 フレイル(高齢期に身体・精神の機能が衰えた状態)の予防のための正しい知識や理解を深める

問い合わせ さやま荘☎366-2022

70歳からの高齢者憩いの歌声広場

とき 11日(土)・25日(土)午前10時～午後0時

ところ 市立コミュニティセンター・音楽室

対象 市内に住んでいる70歳以上の人

内容 「日本の歌百選」と昭和・平成に流行した歌謡曲、抒情曲を歌う

行した歌謡曲、抒情曲を歌う 参加費 1000円(入会金1000円が別途必要) 定員 10人(先着順)

問い合わせ 大阪狭山市ボランティアセンター ☎367-6601

大阪府高齢者大学校

～2024年度受講生募集～

受講期間 令和6年4月～令和7年3月(夏期・年末年始は休講)

ところ 大阪府教育会館(大阪府中央区法円坂一丁目1-35 NPO法人大阪府高齢者大学校・募集委員会へ郵送または直接。大阪府高齢者大学校ホームページからもダウンロード可)

内容 歴史、語学、文学、自然、美術、暮らし、音楽など61科目 受講料 年額6万円 ※教材費など別途負担あり

申し込み 市役所高齢介護グループで配布する申込書を、〒540-0006 大阪府中央区法円坂一丁目1-35 NPO法人大阪府高齢者大学校・募集委員会へ郵送または直接。大阪府高齢者大学校ホームページからもダウンロード可

問い合わせ NPO法人大阪府高齢者大学校・募集委員会 ☎06-6360-4471

初心者のための絵手紙を楽しむ講座

とき 29日(水)・12月6日(水)・13日(水)午前10時30分～午後0時(全3回)

ところ さやま荘・多目的室

対象 市内に住んでいる60歳以上の人

参加費 1000円 定

員 10人(先着順) 持ちもの 筆記用具 申し込み 1日(水)～15日(水)にさやま荘へ電話または直接

問い合わせ さやま荘 ☎366-2022



佐藤美智子さん

(71歳・池尻北)

子どもたちが育った地域への恩返しとして、魅力いっぱいのパネルシアターの活動を展開していきたいです。

「朝家にいたら、『今日はどこにも行かんのか?』と主人に言われます(笑)」と語るほど活動的な佐藤さんがライフワークと出会ったのは、43年前のことでした。

「京都で行われた子どもに関する講演会に参加したとき、不織布でつくられたキャラクターが布のパネルの上で自由自在に動く『パネルシアター』に出会いました。すごい衝撃を受けて、おもしろい! 私もやりたい!と思いました」

その後すぐに活動を始めたものの、「人前で演じるまでに2年かかった」とスタートを振り返る佐藤さん。大阪市内の子ども会のイベントなどで出演回数を重ねるうちに、パネルシアターの魅力にさらに引き込まれながら、腕に磨きをかけていきました。

「制作はとても楽しくて、季節や年齢に合わせて様々な作品を用意しています。40年前につくったキャラクターも今でも使えるんですよ。大切にすれば長く使えるんですね。本番では、子どもたちの反応を見て対話しながら演じるのが楽しいんです。子どもはとても敏感なので、せりふが飛んだりしても、『もう一回最初からやらせてくれる?』と聞いたりして、絶対にごまかさずにやることを大切にしています。自分の年齢以外は(笑)」

現在は認定子育てサポーターやお話し会のメンバーとして、市内を中心に公演しながら、UPつぷ2階のまちライブラリーや放課後見守りボランティア「元気っ子」のスタッフとしても精力的に活動しています。

「私の子どもたちが、第一保育所、東小、狭山中と進んで、この地域で本当にお世話になったので恩返しの思いで取り組んでいます。活動の中で子どもから元気をもらえたり、韓国や台湾への旅行という自分へのご褒美も原動力となっています」

最後に今後の目標を伺いました。
「パネルシアターをより多くの人に見てもらい、その魅力を感じてもらうことです。あとは、子どもも大人も集えるUPつぷをもっと多くの人に知ってもらえるように頑張りたいです」

夢と希望であふれる佐藤さんの人生のパネル。次の展開がとても楽しみです。

元気コミュニティ教室 さやまエイジングエクササイズ

介護予防、健康増進に効果的な軽運動や、介護予防に関する知識を健康運動指導士の指導により学べる体操教室です。

「元気」コミュニティ教室

とき 12月7日(令和6年3月7日)

7日の木曜日(12月28日・令和6年1月4日を除く)午前9時30分

～10時30分(全12回)、午前11時

午後0時(全12回) ※予備日は令和6年3月14日(木) ところ さ

つき荘・スポーツ室 内容 ヨガ

マット(バスタオル)の上でのストレッチ、いすを使った体操 参

加費 2200円 定員 いずれ

も15人(多数の場合は抽選) ※

時間は途中で変更できません

「さやまエイジングエクササイズ」

とき 12月5日(令和6年3月5日)

日の火曜日(12月26日・令和6年1月2日を除く)午前10時30分～11

時50分(全12回) 予備日は令和6年3月12日(火)、12月8日(令和6

年3月15日の金曜日(12月29日・令和6年1月5日・2月23日を除

く午後2時30分～3時50分(全12回) 予備日は令和6年3月22日(金)

ところ 総合体育館・武道場 内

容 ボールを使った体操や音楽

に合わせて体を動かす運動、ストレッチ 参加費 2500円 定員

いずれも25人(多数の場合は抽選) ※曜日は途中で変更できません

対象 市内に住んでいる65歳以上

の人 申し込み 市役所高齢介護

グループ、ニュータウンサテライト、さやま荘、総合体育館で配布する申請書、年齢を確認できるもの(健康保険証など)を持って、各窓口へ直接。〒589-8501大阪狭山市役所高齢介護グループへ郵送、ファクシミリ(FAX 367-11254)も可。1日(水)～10日(金)必着

※簡単な健康チェックと同意書の記入が必要です。必ず本人が申し込んでください。申請書は市ホームページからもダウンロード可

問い合わせ 高齢介護グループ 0349-9416

青春の

想い出を

歌う会

とき 12月3日(日)午後1時～3時 ところ

さやま荘・大広間

問い合わせ さやま荘 0366-2022