

Let's エンジョイ！ グラウンド・ゴルフ体験会

全世代が楽しみながら体を動かせる「グラウンド・ゴルフ」を体験してみませんか。

㊦11月17日(火)、午後3時～4時
㊧総合福祉会館（雨天時は屋内）

㊩市内在住の60歳以上、障がい者手帳を有する人、ひとり親家庭の親と子

㊪20人

㊫無料

㊬雨天時は室内用靴

㊭10月13日(火)～11月10日(火)に、総合福祉会館へ（先着順、電話可）



物忘れ予防教室

認知症に関する講義と、認知症を予防するために効果的な運動、口腔、栄養、音楽などの各トレーニングを組み合わせる教室です。

㊦11月20日、27日、12月4日、11日、いずれも金曜日、午前9時45分～11時45分（全4回）

㊧レイナーホール（市民会館）

㊩市内在住の65歳以上

㊪20人

㊫無料

㊭11月10日(火)までに、ウェルネスあばるへ（多数の場合抽選、電話可）

※初めて参加する人を優先。

ワンポイント！介護講習会

㊦10月21日(水)、午後1時30分～3時
㊧保健センター

㊨適切な排泄用品の選び方・使い方
㊩高齢者を介護する家族や介護に関心のある人など

㊪20人 ㊫無料 ㊬飲み物

㊭10月15日(木)までに、メールに、氏名、住所、電話番号を明記し、在宅介護支援センター春の家〔☎(33)2940・✉furukawa@harunoi.e.net〕へ（多数の場合抽選、電話可）

※右図からも可。

㊮高齢介護課（内線183）



募 集

認定 NPO 法人大阪府高齢者 大学校「2027 年度受講生募集」

㊦令和9年4月～令和10年3月

㊨歴史、語学、教養、自然、美術、健康、音楽、探訪など60科目

㊫年額6万円（科目により別途実費）

㊭10月13日(火)～11月6日(金)、午後3時までに、郵送または持参で、〒540-0006 大阪市中央区法円坂一丁目1の18 同大学校募集委員会へ（多数の場合抽選）

※右上図からも可。

㊮同大学校募集委員会〔☎06(6360)4471〕



公益社団法人シルバー人材センターの会員を募集しています

地域社会のために、自らの健康維持のために、豊かな知識と経験を生かしてみませんか。

業務内容

- ・市広報誌配布
- ・植木剪定・除草
- ・家事手伝いなど

高齢者に適した臨時的・短期的な仕事に従事していただける会員を募集しています。

㊩市内在住の60歳以上で、健康で、働く意欲のある人

入会方法

・入会説明会に参加し、入会申込書を提出すると、会員登録が完了します。

・入会時、年会費2000円（入会月により割引）が必要です。

※年会費は4月から翌年3月までの1年間（年度）

・入会説明会は、原則毎月第3水曜日の午後1時30分～、シルバー人材センターで行います。

㊭電話で、(公社)シルバー人材センター〔☎(33)4567〕へ



スマートフォン教室



講座名	とき	ところ	対象者	定員	費用	持ち物	申し込み
LINEを使ってみよう	11月12日(木)、午後2時～3時30分	総合福祉会館	市内在住の60歳以上、ひとり親家庭の親と子、障がい者手帳を有する人	20人 (最少催行人数6人)	無料	※貸し出しのスマートフォンを使用します。	10月6日(火)、午前10時～、電話で、総合福祉会館へ（先着順）
お茶しながら学べちゃう!? 「スマホ×喫茶」	11月19日(木)、午後1時30分～3時	かがりの郷	市内在住のスマートフォン初心者	10人程度	100円 (テキスト、お茶代)	スマートフォン	10月19日(木)、午前9時30分～、かがりの郷へ（先着順、電話可）

講座・催し

けあばる高齢からだ塾
～認知症について～

病気を正しく知り、早めの対策や
予防について学んでみませんか。

②10月23日(金)、午後1時30分～3
時30分

場けあばる

④「認知症、MCIを知ろう」(けあ
ばる管理医師)、「認知機能を守る脳
トレーニング」(言語聴覚士)、「日
常的な介護を行う上での心構えにつ
いて」(介護福祉士)、「認知症の相
談窓口と様々な制度を活用しよう」
(地域包括支援センター)

定各30人(最少催行人数5人)

¥無料

持動きやすい服装

④10月8日(木)、午前9時～、電話で、
けあばるへ(先着順)

※10月1日(木)、午前7時
～、右図からも可。



3B体操～運動が苦手な人でも大丈夫！～【後期】

②11月10日～令和9年3月23日の
第2・4火曜日(2月23日を除く)、
午前10時～11時30分(全9回)

場総合福祉会館

④市内在住の60歳以上、ひとり親家
庭の親と子、障がい者手帳を有する人
※3B体操【前期】を受講した人は、
【後期】の受講はできません。

定20人

¥無料

④10月6日(火)、午前10時～、電話
で、総合福祉会館へ(先着順)

SC 富田林ウォークラリー大会

②11月26日(木)、午前9時30分～受
け付け

場総合福祉会館

④おおむね60歳以上の4人で構成
されるチーム(個人での参加不可)

定25チーム

¥1チーム1000円(当日徴収)

持昼食

④10月15日(木)～11月12日(木)に、
市シニアクラブ連合会事務局(総合
福祉会館内)〔☎(25)8261〕へ(多
数の場合抽選、電話不可)

けあばるcafé

認知症の人や介護者、地域の人、
介護・福祉・医療などの専門職が参
加しています。皆さんと話をして
ホッとしませんか。

②④10月27日(火)＝なつメロ歌う
会、11月24日(火)＝音楽イベント、
12月22日(火)＝ヘルマンハーブ演
奏、いずれも午後1時30分～3時

場けあばる(当日直接会場へ)

④認知症の人と家族、地域の人

定20人 ¥100円(飲み物代)

④第3ほんわかセンター〔☎(28)
8631〕

おれんじパートナー
交流会

認知症ケアの情報交換や介護経験
者の話から、困りごと解決のヒント
を見つけませんか。

②10月28日(水)、午後1時30分～3時
場すばるホール(当日直接会場へ)

④認知症の人と家族、認知症サポ
ーター、地域での認知症ケアやその推
進に関心のある人など

定18人

¥100円

④間井尻さん(おれんじパートナー事
務局)〔☎090(3996)0071〕

川柳

富柳会 山野 寿之選
今月の宿題「印」

Ⅱ秀句Ⅱ

実印の在りか忘れる父認知

錦ヶ丘町 松島 きよみ

《選評》鍵や眼鏡は日常茶飯事決まった場所
に置いとけば家捜しする事は無いのに、つい

置き放しにして一騒動。実印は滅多に使わず

管理は父任せ、さあ大変父が認知に。こうな

る前に銀行のパスワードも聞いとしましよ

う。

よつこらしよ今日も生きてる太鼓判

高辺台 梶原 和子

足裏に印くつきり新生児

藤沢台 高橋 潔

メモ帳の印あらかた通院日

平町 高井 義

絵手紙に心を込めてぐっと印

藤沢台 二宮 章子

運動会目立つリボンを付けさせる

小金台 栗田 昌

未来への矢印太い青春期

不動ヶ丘町 堀内 きみ子

老いていく我が目印になる白髪

選者 吟

※11月号は「短歌」を掲載します(応募は
9月30日まで)。

川柳・短歌・俳句は、それぞれ別のがきで
応募してください(1人各5点まで)。市内在
住で未発表のものに限ります。作品の漢字や氏
名には必ずフリガナをつけてください。

12月号の「俳句」は10月31日(土)、令和9年1
月号の「川柳(宿題「はずむ」)」は11月30日(月)、
2月号の「短歌」は、12月31日(木)、(いずれも
必着)までに、〒584-8551 常盤町1の
1 富田林市役所広報広聴課へ。