100歳おめでとうございます



ご希望の対象者には、市長がお祝いに伺っています。



中川 信子（のぶこ）さん



森口 マサ子（こ）さん

認知症カフェ

の12月19日㈯、午後２時～４時
場愛の家グループホーム富田林佐備(佐備348)
内認知症相談、ファイナンシャルプランナーによる家計相談、スイーツ販売、バザー、むくみ取り体験など
定50人（当日直接会場へ）
¥100円（飲み物代）
問同グループホーム〔☎(30)3858〕

悪質な業者にご注意を

最近、「下水道の点検を無料で行っています」といって訪問したり、はがきを送付したりする業者がいますが、市では個人の敷地内にある下水道管の点検・清掃の勧誘をするような委託や指導はしていません。



流れが悪い場合や、極端に汚れて清掃が必要な場合は、自宅の排水設備を施工した業者や市指定工事店、富田林市管工事業協同組合での修繕をお勧めします。
問下水道課（内線263）、市管工事業協同組合〔☎0120(032)497〕

おれんじパートナー交流会

の12月16日㈬、午後1時30分～3時
場すばるホール
内認知症ケアについて、認知症対応型通所介護（十人笑学校）施設長の講話、参加者や介護経験者との情報交換
対認知症当事者やその家族、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（当日直接会場へ）
¥100円
問井尻さん(認知症ケアを推進する会おれんじパートナー)〔☎090(3996)0071〕

広告枠

広告枠

※広告掲載の問い合わせは、ST 綜合広告〔☎ 072(368)1227・FAX 072(368)1228〕へ

シニアのページ

各施設の電話番号は35ページをご覧ください

講座・催し

若さ・健康・体力アップ教室

◴令和９年１月13日～２月24日の毎週水曜日、午後１時30分～３時30分（全７回）
場けあぱる
内体力チェック、簡単な運動や食事のポイント、お口のケアなど
対市内在住の65歳以上
定20人
¥無料
申12月22日㈪までに、ウエルネスけあぱるへ（多数の場合抽選、電話可）
※初めて参加する人を優先。



フレイル予防のための らくらく筋トレ教室

フレイルや筋力低下を防ぐために、座ってできる筋トレや自宅でできる運動、日常生活で気をつけることなどを学びながら無理なく運動します。
◴12月16日㈬、23日㈬、午前10時～11時（全２回）
場かがりの郷
対医師から運動を止められていない人
定20人
¥１回500円
持室内用靴
申12月１日㈪～、電話で、藤巻さん〔☎050（1725）1158〕へ（先着順）
※右図からも可。

健康体操～体力UP！ 音楽に乗せて～【後期】

◴令和９年１月13日～３月27日の①水曜コース＝午後１時30分～３時、②土曜コース＝午前９時30分～11時
※いずれも月３回、全９回。
場総合福祉会館
対市内在住で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
定各35人
¥無料
申12月９日㈫、午前10時～、電話で、総合福祉会館へ（先着順）
※①②の重複受講はできません。
※健康体操【前期】を受講した人は【後期】の受講はできません。



スマートフォン教室



講座名	とき	ところ	内容	対象者	定員	費用	持ち物	申し込み
スマートフォン講習会「スマホの詐欺対策」	１月13日㈫、午後２時～３時30分	総合福祉会館	スマホ詐欺への対策方法	市内在住で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	※スマートフォンは貸し出します。	12月10日㈬、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」	１月21日㈬、午後１時30分～３時	かがりの郷	お茶をしながらスマホを学び合う	市内在住・在勤優先	10人程度	100円	スマートフォン	12月21日㈰、午前９時30分～、かがりの郷へ（先着順、電話可）

俳句

杉　岩井　英雅選
今月の詠題「当季雑詠」

＝秀句＝
柿供え病に伏した子規偲ぶ
桜ケ丘町　西川　美智子
《選評》〈柿食へば鐘が鳴るなり法隆寺〉と詠んだ子規は寝たきりに。結核菌で溶けた骨質が膿となって皮膚を破り腹や腰に穴があく。激痛と熱に苦しみながら歴史に残る仕事をした、柿好きだった子規への思いが伝わる。

手の平を出せば落ちくる零余子かな
木戸山町　植木　啓次
銀漢や夢の成る木を捜さねば
富美ケ丘町　鶴田　祐子
秋晴もホスピスの日々むなしくて
北大伴町　大村　美智子
敬老日これからはじめる恩返し
甲田　奥宮　陽子
満月や信号待ちにスマホ出す
山手町　笹原　秀計
なつメロに昭和を偲ぶ夜長かな
彼方　西尾　たみ子
割つて割つて薪高々と冬支度
選者詠

※令和９年１月号は「川柳」を掲載します（応募は11月30日まで）。

川柳・短歌・俳句は、それぞれ別のは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。
２月号の**「短歌」は12月31日㈬**、３月号の**「俳句」は令和９年１月31日㈯**、４月号の**「川柳」（宿題「裏」）は２月28日㈯（いずれも必着）**までに、〒584-8511常盤町１の１　富田林市役所広報広聴課へ。