

案



アクティブシニアとして 活躍してみませんか？



吹田市イメージキャラクターすいたん

**地域活動への社会参加を心がけ、実践することは地域の見守りや
支え合いに効果的なだけでなく、ご自身の健康寿命を延ばすこと
にもつながります。**

(アクティブシニアとは…定年退職後や還暦後も趣味やさまざまな活動に意欲的で元気なシニア層のこと)

吹田市では少子高齢化の進展や単身世帯の増加、ライフスタイル
の変化等によって生じる、地域の高齢者にとっての生活課題の解決
の促進を目的に、地域づくりや住民同士の助け合い活動、アクティブ
シニアの活動場所の開発などを進めています。詳しくは、吹田市の
ホームページをご覧ください。

(吹田市ホームページ▶組織一覧▶福祉部▶高齢福祉室▶支援グループ
▶生活支援体制整備事業)

URL:https://www.city.suita.osaka.jp/home/soshiki/div-fukushi/koreifukushi/koureishien/_90028.html



裏面に、アクティブシニアの活動場所を掲載しています！ぜひ、ご参加ください！

「ずっと吹田で、ずっと元気に……」

健康寿命を伸ばして、いつまでもアクティブな生活を送り、心と体の健康維持につなげていきましょう。

介護予防推進員の写真



あなたの
一步は
どこから？

誰かの笑顔が見たい！何か役に立ちたい！

○認知症サポーター

認知症の方やその家族を温かく見守る応援者として活動します。

○介護予防推進員

介護予防についての基本的な知識と吹田市の概要を理解し、地域での介護予防の普及活動を担います。

●介護支援サポーター

高齢者施設や医療施設でのサポーター活動です。活動にポイントが付きます。1年度 5,000 円を限度に換金できます。

●助け愛隊ボランティア

高齢者宅で1回約30分の簡単な生活支援をします。

☆市民公益活動センター(ラコルタ)

ボランティアをしてみたい。

いつまでもアクティブでいられるように！

○吹田市民はつらつ元気大作戦(一般介護予防事業)

健康寿命を延ばすための介護予防の取り組みです。

介護予防教室、はつらつ体操教室、いきいき百歳体操、ひろばde体操等

趣味や教養を深めたい！

★高齢者生きがい活動センター

交流サロン、生きがい教室、各種講座

○高齢者いこいの間

地域の高齢者の教養・親睦

◎高齢者いこいの家

健康機器、各種講座

ありがとう、
助かります！



助け愛隊
ボランティア
です！

まだまだ働きたい！

▲シルバー人材センター

これまでの技術や経験を生かして臨時的・短期的な仕事を紹介します。

△JOBナビすいた

就職の相談ができます。就職に必要な技術についての講座もあります。

【問い合わせ先】 項目のマーク(●など)に合わせてお問い合わせください。

○◎高齢福祉室

○支援グループ(介護予防担当) 06-6384-1375

◎生きがいグループ 06-6384-1336

●吹田市社会福祉協議会 06-6339-1205

☆市民活動公益センター(ラコルタ) 06-6155-3167



★高齢者生きがい活動センター 06-6155-2155

◎高齢者いこいの家 06-6337-6361

▲シルバー人材センター 06-6369-3300

△JOBナビすいた 06-6310-5866