

▶新型コロナウイルス感染症の影響で掲載内容が中止・延期・変更になる場合があります
イベント等の開催の有無は市ホームページか各室課への問い合わせなどで確認してください

くらしの情報
高齢者水道相談
水道に関する相談や、じゃ口周りの点検、簡単な漏水調査などを行います。時月～金曜日午前9時30分～午後5時。祝・休日は除く。対全員が70歳以上の世帯。申水道部工務室(南吹田3区6384・1258) FAX 6384・1837へ。

口腔ケアセンター
津雲台1・2・1
TEL 6155・8020
FAX 6873・3030

お口の健康体操教室
歯科衛生士による口の体操など。時5月18日(水)午後1時30分～3時。対口の機能や飲み込みに不安のある人。定15人。多数抽選。申4月1日(金)～18日(月)に◆と年齢を電話かファックスで同センターへ。

イキイキお口のケア相談
歯科医師による飲み込みなどの機能や口腔ケアの相談。時5月22日(日)午前10時～正午。定先着10人。申4月1日(金)から◆と年齢を電話かファックスで同センターへ。

高齢者いきいの家
岸部中1・24・11
TEL 6337・6361
FAX 6337・6362
日曜日祝・休日
市内在住の60歳以上

届けよう初めての春の絵がみ
申☆は、直接か電話で高齢者いきいの家へ。
時4月18日(月)午前10時～正午。定先着20人。¥800円。申4月1日(金)～11日(月)に☆。

映画会 おとうと
吉永小百合、笑福亭鶴瓶出演。
時4月23日(土)午前10時～正午、午後2時～4時。定各先着25人。申4月2日(土)から☆。

骨・カルシウムセミナー
時4月25日(月)午後1時30分～3時。定先着25人。申4月5日(火)から☆。

畑でサツマイモを育てよう
1人1株、植え付けから収穫まで。時5月14日(土)午前10時～11時。定先着10人。¥500円。申4月5日(火)～30日(土)に☆。

高齢者生きがい活動センター
津雲台1・2・1
TEL 6155・2155
FAX 6155・2177
日曜日祝・休日
市内在住の60歳以上

スマホのきほん相談
申☆は、直接か電話で同センターへ。
時4月5日(火)午前10時、午前11時10分、午後1時30分、午後2時40分。定各先着4人。申4月1日(金)から☆。

新・音楽を楽しむ講座
心と体で音楽を楽しみましょう。時4月19日(火)午前10時～11時30分。定先着25人。申4月2日(土)から☆。

おためし講座
時定¥◇コグニサイズII 4月23日(土)午前10時～正午。先着25人。500円。◇絵がみII 4月25日(月)午前10時～11時30分。先着20人。800円。申4月4日(月)から☆。

のどの健康と飲み込みの話
時4月26日(火)午後1時30分～3時。定先着25人。申4月5日(火)から☆。

ひろばde体操

週1回20分程度、屋外で気持ちよく体を動かしませんか。誰でも参加できます。申し込み不要。開催場所など詳しくは市ホームページへ。
固高齢福祉室支援グループ(TEL6170・5860 FAX6368・7348)。

- 参加者の声**
- ・たくさんの人と出会えて気持ちが前向きになりました。
 - ・近場で楽しく体を動かせるのが良いです。
 - ・コロナ禍で閉鎖的な毎日でしたが、体を動かすことができ、うれしいです。



ひろばde体操
開催場所一覧



体操の様子

高齢者向けコーナー

はつらつ



吹田市民 はつらつ元気大作戦

市主催の介護予防教室・講座です。固市内在住の65歳以上。
固高齢福祉室支援グループ(TEL6170・5860 FAX6368・7348)。



はつらつ元気大作戦
ホームページ

催し名	時・所	定員	申し込み
今こそ 栄養教室 管理栄養士講義、食事バランスのチェックや献立作成	連5月11日(水)、25日(水) 午後2時～3時45分 北千里地区公民館	先着15人	4月1日(金)から同グループへ。
お口元気アップ教室 歯科医師と歯科衛生士の講話、健口体操やブラッシングの方法	連5月12日(木)、6月2日(休) 午後2時～3時30分 豊一市民センター	先着25人	ファックスの場合は、◆と生年月日を書いてください。

後期高齢者医療の健診 無料。被保険者証を持参してください。固後期高齢者医療保険の加入者。

科目	内容	申し込み・問い合わせ
内科	身体測定、尿検査、血液検査など。対象者には4月下旬に大阪府後期高齢者医療広域連合から受診券を送ります。新たに75歳になる人には誕生月の翌月に送ります。	固国民健康保険課 TEL6384・1239 FAX6368・7347
歯科	歯と歯ぐきの健診、 ^{こうくう} 口腔機能検査など。新たに75歳になる人は75歳の誕生日から受診できます。	申直接、実施登録歯科医院へ。 固成人保健課 TEL6339・1212 FAX6339・7075

初心者向け

いきがい教室受講生募集

1人1科目。多数抽選。同じ科目の受講は3回まで。初めての人優先。連時6月～3月。固市内在住の60歳以上。受講期間中に60歳になる人も可。¥教材費実費。申4月8日(金)までに◆と生年月日、科目、受講経験の有無を、はがきで吹田市高齢クラブ連合会(〒565・0862津雲台1・2・1千里ニュータウンプラザ5階 TEL6872・7011 FAX6155・2177)へ。必着。結果通知は5月下旬。固同会が高齢福祉室生きがいグループ(TEL6384・1336)。

科目	日時	所	定員
コーラス	第1・3金	10:00～11:30	25人
ウクレレ(楽器持参)	第2・4月		24人
シニアのためのリトミック	第2・4土		26人
おりがみ	第1・3水		各24人
朗読	第1・3木	10:00～12:00	
硬筆・書写	第2・4水	14:30～16:00	25人
フラダンス	第1・3月		20人
川柳	第1・3水	13:30～15:30	24人
英会話	第2・4金		10:00～12:00
民謡	第1・3金	10:00～12:00	
水彩画	第2・4月		10:00～12:00
アレンジメントフラワー	第2・4火	10:00～12:00	
書道	第2・4水		10:00～11:30
ソフトフラメンコ	第1・3火	14:00～15:30	
盆ダンス	第1・3水		10:00～12:00
ハッピーストレッチ	第2・4火	10:00～12:00	
パッチワーク	第2・4火		10:00～12:00
刺し子	第2・4水	10:00～12:00	