

settsu講座study

市民公開講座
人生会議をやってみよう！

問合せ 高齢介護課へ

座学だけでなくカードゲームを通じて、大切な「価値観」や自分自身の「あり方」など、さまざまな気づきを得ることができる講座です。

日時 2月6日(金)午後2時～3時半
※受付は午後1時半から

場所 別府コミュニティセンター **定員** 32人

申込み 同課へ・☎可（先着）※上記 QR から可

settsuお知らせnews

健康・生きがい就労
トライアル説明会

問合せ 高齢介護課へ

就労トライアルでは、高齢者福祉施設・保育施設などで3カ月間サポートの仕事を行います。

対象 60歳以上の人※資格不問

日時 2月9日(月)午後2時～4時半

場所 コミュニティプラザ・コンベンションホール

定員 40人（先着） **申込み** 同課へ・☎可（先着）※上記 QR から可※健康マイレージ対象

settsu講座study

せつつはつらつ脳トレ体操
普及サポーター養成講座

問合せ 保健センターへ

「せつつはつらつ脳トレ体操」を学び、健康に役立てるだけでなく、周囲にも広めてみませんか。

日時 2月5日(休)・12日(休)・26日(休)・3月12日(休)
午後1時半～3時（計4回の参加必須）

場所 コミュニティプラザ2階・会議室1、2

定員 15人（先着）

申込み 同センター☎06 (6381) 1710へ

settsu講座study

成年後見制度講座
「知っとこ!～成年後見制度～」

問合せ 障害福祉課・高齢介護課へ

金銭管理や契約行為などが困難な人の権利を守る「成年後見制度」を学びませんか。※申込不要

日時	場所
2月10日㊿午後2時～3時半	コミュニティプラザ・会議室3、4
2月19日㊿午後2時半～4時	新烏飼公民館・集会室

settsu講座study

認知症市民公開講座
～認知症について学んでみませんか～

問合せ 高齢介護課へ

第1部「認知症の人や家族にやさしいまち“せつつ”」、第2部「65歳から脳を守る～要介護・寝たきりを防ぐために～」をテーマに専門家が分かりやすくお話しします。※申込不要

日時 1月18日(日)午後0時50分～2時40分
※開場は午後0時20分

場所 市民文化ホール（くすのきホール）

settsuお知らせnews

せつつにっこりカフェ
～仲間と出会い 気軽に交流～

問合せ 地域包括支援センターへ

認知症の本人や家族が気軽に交流し、安心して思いを語り合える場です。初めての人もぜひご参加ください。

対象 認知症、若年性認知症の本人とその家族

日時 1月19日(月)午前10時～11時

場所 味生公民館

申込み 同センターへ

settsu講座study

介護予防講座
～健康寿命を伸ばしましょう～

問合せ 高齢介護課へ

「骨卒中」を知って防ぐ講座を開催します。すぐにできる転倒予防の運動や骨を丈夫にする毎日の食事を知り、健康寿命延伸につなげましょう。

日時 1月27日(火)午後1時半～3時半

場所 コミュニティプラザ・コンベンションホール

定員 100人（先着）

申込み 同課へ・☎可※上記 QR から可

settsu講座study

認知症サポーター養成講座

問合せ 高齢介護課へ

認知症の基礎知識と予防法、認知症の人との接し方を学んでみませんか。受講後に「認知症サポーターカード」を配付します。※健康マイレージ対象

日時 2月2日(月)午後1時半～3時

場所 地域福祉活動支援センター4階

定員 20人（先着）

申込み 同課へ・☎可※上記 QR から可

settsuお知らせnews

高齢者の保健福祉・在宅介護に関する市民アンケート調査を実施

問合せ 高齢介護課へ

市では「第10期せつつ高齢者かがやきプラン」の策定に向けた市民アンケート調査を実施します。対象者には調査票を送付しますので、回答にご協力ください。※「第10期せつつ高齢者かがやきプラン」は、令和9～11年度の3年間の高齢者保健福祉計画と介護保険事業計画です

1. 高齢者の保健福祉に関する調査

対象 65歳以上＝1,500人、50～64歳＝500人※要介護1～5の人を除きます

内容 身体機能、健康状態、地域活動への参加状況など

2. 在宅介護に関する調査

対象 要支援・要介護認定者1,200人

内容 在宅での介護の様子や必要な支援、介護を担う人の就労状況など

※いずれも令和7年11月1日時点での対象者から無作為に抽出

settsu講座study

スマホ講習会
～スマホのお悩みを解決してみませんか～

問合せ 高齢介護課へ

スマートフォンの基本操作やインターネットの使い方を学べる初心者向け講習会を開催します。

定員 各回8人（先着）※所要時間は各回1時間

申込み 1月13日(火)から・同課へ申込番号を連絡


日程	申込番号	時間	講座内容	場所
1/29 ㊿	①	10:00～	スマホを安全に使う	コミュニティプラザ・会議室4
	②	11:15～	電話、カメラを使う	
	③	13:30～	インターネットの利用	
	④	14:45～	生成AIを使う	
1/30 ㊿	⑤	10:00～	アプリのインストール	コミュニティプラザ・会議室1
	⑥	11:15～	救急受診アプリの利用	
	⑦	13:30～	地図アプリを使う	
	⑧	14:45～	LINEを使う	
2/2 ㊿	⑨	10:00～	スマホを安全に使う	コミュニティプラザ・会議室1
	⑩	11:15～	電話、カメラを使う	
	⑪	13:30～	インターネットの利用	
	⑫	14:45～	生成AIを使う	
2/3 ㊿	⑬	10:00～	アプリのインストール	コミュニティプラザ・会議室2
	⑭	11:15～	救急受診アプリの利用	
	⑮	13:30～	地図アプリを使う	
	⑯	14:45～	LINEを使う	

settsuお知らせnews

大阪府社会福祉ボランティア表彰受賞
～地域住民の健康意識向上に寄与～

問合せ 高齢介護課へ

「いきいき体操の会」が大阪府知事から社会福祉ボランティア表彰を受賞しました。同会は平成17年より地域住民の健康づくりを支援し、体操指導や普及活動を通じて健康意識の向上に貢献。長年の活動が評価されました。


市長を表敬訪問する会員ら（12月3日(木)、市役所）

settsuお知らせnews

高齢者交流入浴
※各施設の連絡先はページ上部を参照

問合せ 高齢介護課へ

入浴施設を無料開放します。

対象 65歳以上 **持ち物** 入浴に必要な物

申込み 開催3日前までに各施設へ（☎可）

場所	日時
とりかい白鷺園	毎週㊿午後2時～5時
摂津特養ひかり	毎月第3㊿午後2時～4時半
摂津いやし園	予約時に相談

settsuお知らせnews

ふれあい入浴
～生きがいと健康づくりのために～

問合せ 高齢介護課へ

1月から開催日を毎月第3金曜日へ変更します。※祝日の場合は前日の木曜日に振り替えます

対象 小学生以下と65歳以上

日時 1月16日(金)午後4時～9時

場所 ヘルシーバス千里丘（香露園27-2）

持ち物 氏名・連絡先を書いたメモ、シャンプー、石鹸、タオルなど入浴に必要な物

settsuお知らせnews

たちより体操タイム
～子どもと一緒に体操してみませんか～

問合せ 各園へ(連絡先は27ページ上部を参照)

高齢者（おおむね65歳以上）と乳幼児が一緒に体操します。事前申込みは不要です。

場所	日時
べふこども園	1月19日㊿・26日㊿ 午前10時～10時15分
子育て総合支援センター	1月21日㊿、28日㊿ 午前9時45分～10時