いきいきサロンの
ごあんない♪♪

童謡・唱歌などみんなで歌って♪♯♭
介護・認知症などの話もきいてみんないきいき楽しく
・・介護しらずになりましょう。

【開催日時】平成３０年度予定表（原則毎月第３金曜日）
時間　１４：００時～１５時１０分

４月２０日（金）		１０月１９日（金）	
５月１８日（金）	看護師の話	１１月１６日（金）	看護師の話
６月１５日（金）		１２月２１日（金）	
７月２０日（金）	歯科衛生士の話	１月１８日（金）	管理栄養士の話
８月１７日（金）		２月１５日（金）	
９月２１日（金）	管理栄養士の話	３月１５日（金）	歯科衛生士の話

【開催場所】　柏原市健康福祉センターオアシス３階地域交流ホール
【参加対象者】おおむね６０歳以上の方でオアシスまで自分で来られる方
（送迎の設備、時間が無いため）
【参加費】１回１００円（どの日からでも参加出来ます）
（参加費は当日受付にお渡し下さい）
（会費の内から団体行事保険を掛けています。）
『国分地区から参加の方』
循環バス時間　国分駅東発（１号車）
１３時３３分→オアシス着　１３時４５分
オアシス発（１号車）
１５時２０分→国分駅東着１６時００分
（バスの時間は多少前後します）
【お問合せ】　柏原市高齢者いきいき元気センター
（健康福祉センターオアシス内）
（柏原市大県４－１５－３５・電話９７０－３１００）
柏原市高齢介護課（柏原市役所内）
電話　９７２－１５０１
【お申し込み方法】　随時当日参加もＯＫ
主催　柏原市ボランティアグループ『介護予防サポーターズ』
後援　柏原市・柏原市高齢者いきいき元気センター
（当日は団体障害保険には加入いたしておりますが、健康福祉センター会場内のみの補償ですのでご了解お願いいたします）

いきいきサロン若返り教室のごあんない

身体の体操・脳の体操・などを経験して介護知らずの生活をおくりましょう！！

【開催日時】　平成３０年度原則毎月第２金曜日

時間　　１４：００時～１５時３０分頃

開催日　４月１３日（金）　５月１１日（金）
６月　８日（金）　７月１３日（金）
８月１０日（金）　９月１４日（金）
１０月１２日（金）　１１月　９日（金）
１２月１４日（金）　平成３１年１月１１日（金）
２月　８日（金）　３月　８日（金）

【開催場所】　今町老人会館
住所：柏原市今町１丁目５番３号

【参加対象者】　おおむね６０歳以上の方で今町老人会館まで自分で来られる方（送迎の設備、時間が無いため）

【参加費】　１回１００円（どの日からでも参加出来ます）
（参加費は当日受付にお渡し下さい）
（参加費は会場使用料と行事保険料にあてます。）

【お問合せ】　柏原市高齢介護課（柏原市役所内）
電話　９７２－１５０１
柏原市高齢者いきいき元気センター
（健康福祉センターオアシス内）
（柏原市大県４－１５－３５・電話９７０－３１００）

【お申し込み方法】　随時当日参加もＯＫ

主催　柏原市ボランティアグループ『介護予防サポーターズ』
後援　柏原市・柏原市高齢者いきいき元気センター
追記　体操は：体操講師の先生にお願いしています。
＊当日は水分補給の飲物と・タオルをご持参下さい
＊当日は団体行事保険には加入いたしますが、今町老人会館室内及びオアシス室内のみの補償ですのでご了解お願いいたします。
＊今町老人会館は土足禁止ですので上靴を持参下さい。
＊平成３０年６月と７月は今町老人会館が使用出来ない為会場はオアシスの３階になります。
この間だけ変更しますので間違いの無いようお願いいたします。

平成３０年度

物忘れ予防サロンのご案内

～高齢者のための楽しい実践講座～

脳の体操などを経験して
介護知らずの生活を送りましょう！！

【開催日時】　月曜日　14：00～15：10分頃

4月2日・5月7日・6月4日・7月2日・8月6日

9月3日・10月1日・11月5日・12月3日

平成31年1月7日・2月4日・3月4日

【開催場所】　保健センター　オアシス3階（地域交流ホール）

【参加対象者】　おおむね60歳以上の柏原市民の方でオアシスまで自分で来られる方

【参加費】　1回100円　（どの日からでも参加できます。）
（参加費は当日受付にお渡しください。参加費から団体行事保険をかけます。）

【申込方法】　随時　当日参加もOK

【お問い合わせ】

柏原市高齢者いきいき元気センター　☎072-970-3100

柏原市高齢介護課　☎072-972-1570

主催　柏原市ボランティアグループ『介護予防サポーターズ』
後援　柏原市高齢者いきいき元気センター・柏原市高齢介護課