

シニアプラザいばらきだより

お陰さまで「シニアプラザいばらき」3年目を迎えました。

当センターは、平成27年4月新たにスタートしましたが、初年度の利用者は35,007人でした、2年目の28年度は、「高齢者活動支援センター」としての各種事業と諸活動が市民の多くの皆さまにご理解が広がり、40,647人という大変多くのご利用をいただきました。

(市) 高齢者支援課の指導をいただきながら、運営4団体が連携の強化に努め総合力を活かして、多様な高齢者活動を着実に推進してきた大きな成果と感謝しております。

今年度も、新規事業を含めて高齢者の健康と豊かなシニアライフに繋がる、様々な活動を展開してまいります。まだ、当センターをご存じない方々への参加の呼びかけをお願い申し上げます。

7月22日(土)に「シニアプラザ3年目・4万人達成記念の謝恩イベント」を開催します。

運営4団体「シニアネットワークいばらき」代表 船本幸二

29年度 茨木シニアカレッジ “いこいこ未来塾” 第10期生・140名「開講式」盛会を開催

(新)タブレットを楽しく学ぶ 20名

輝くシニア世代を生きる 30名

激動の現代社会を学ぶ 30名

わがまち茨木と北摂の歴史・文化 43名

地域はつらつ活動 17名



4月16日(日)、塾長の福岡茨木市長、上田嘉夫市議会議員・松本副議長、運営団体代表者のご臨席をいただき盛会を開催。一年間、新しい仲間と実り多い学習をスタートしました。

☎ 657-8814

4月から“なかよしクラブ”開設しました！ 広報いばらき3月号関連記事掲載

支援の必要な人も、お元気な人も、だれもが気軽に参加できる“和みの場”です。

コーヒーを飲んだり、レクレーションを楽しんだり、自由に過ごせる場です。みなさんが、気持ちよく過ごしていただけるよう、スタッフ一同お待ちしております。支援の必要な人は、付き添いの方も一緒にお越しください。

・日時 5月10日(水)・6月15日(木)、各午後2時~3時30分

7月以降は、第2木曜日と第4水曜日に開催(12月は第2木曜日のみ)

・場所 シニアプラザ 大広間・参加費 一人100円(飲み物・お菓子付き)

◆お問合せ◆ シニアプラザいばらき内“なかよしクラブ”事務局 ☎ 657-8819



予告！ 第2期「シニア タブレットリーダー養成講座」開講予定です

高齢者の日常生活を支える、タブレットの指導者として活躍していただける方の養成講座です。

昨年、第1期20名の皆さんが受講されて、その後もスキルアップの研鑽を継続されており、“いこいこ未来塾”タブレットコースの講師も担当していただいています。

今後、市内各地等で「タブレット活用講座」を展開していくために、リーダー(指導者)の増員です。

◆7月~12月まで・18回講座・受講料4,000円・シニアプラザいばらき会議室

詳しくは、「広報いばらき」6月号に募集案内が掲載されますのでご覧下さい。 ☎ 657-8819 (中村)

老人クラブ連合会 「新しい介護予防講座」を開講しました

平成 29 年度介護予防講座として、『水中運動の実践～水の特徴を活かした多様な動きに挑戦～』水の特徴（浮力・水圧・流水・水温など）を活かし、水の効果で適度な水中運動を実施します。

具体的には、水中での浮き方や沈み方、ビート板様な使い方により、足腰・体幹を無理なく鍛え、アンチエイジングを目指します。



- ・期間：平成 29 年 5 月～3 年間
- ・場所：西河原市民プール
- ・講師：巽 樹里（たつみ じゅり）さん 追手門学院大学基盤教育機構 講師
2000 と 2004 年オリンピック「シンクロナイトスイミングチーム」銀メダリスト

行事のご案内

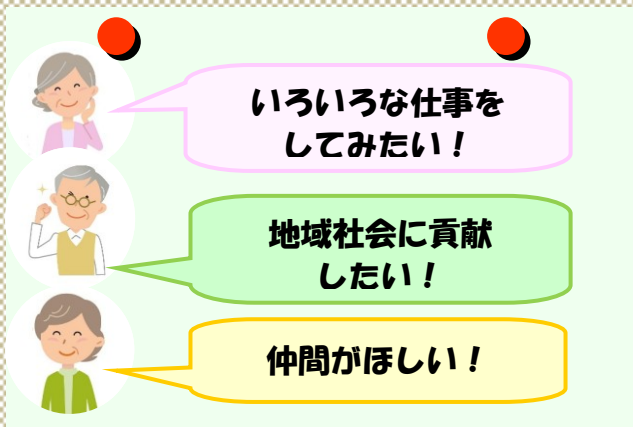
- ◆5月31日(水)「高齢者体力測定」南体育館
- ◆6月20日(火)「ニュースポーツ大会」市民体育館
- ◆6月29日(木)「芸能大会」クリエイトセンター
- ◆7月12日(水)「高齢者体力測定」福井体育館



☎ 632-7411

「シニア就労相談会」開催中です

シルバー人材センターはシニア世代のセカンドライフを応援します！



このようにお考えの方は

就労相談会

毎週金曜日「シニアプラザいばらき」で開催しています。
お気軽にお越しください

【相談時間】 午前：10時～正午
午後：1時～3時半

シルバー人材センターの会員について

シルバー人材センターの会員になるには、センターが開催する「入会説明会」に参加して、シルバー人材センターの主旨や就業システムを理解・納得していただいたうえで入会していただきます。

- ◆入会説明会へ参加を希望される方は、事前に電話で予約をお願いします。
- ◆開催日 6月14日(水)・7月13日(木)・8月16日(水)・9月14日(木)・10月13日(金)・11月15日(水)・12月12日(火)のいずれも午後1時30分から
- ◆場 所 茨木市シルバー人材センター会議室（茨木市東奈良一丁目4番1号） ☎ 072-634-8990



「シニアプラザいばらき ホームページ」

当プラザを運営しています4団体の活動状況や各種行事などの情報を逐次掲載していきますので、ご覧下さい。 <http://www.seniorplaza-ibaraki.com>