

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29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21日（金）	10月20日（金）
5月19日（金）	11月17日（金）
6月16日（金）	12月15日（金）
7月21日（金）	平成30年1月19日（金）
8月18日（金）	2月16日（金）
9月15日（金）	3月16日（金）

【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
いましょう！！**

【開催日時】 平成29年度原則毎月第2金曜日

時間 14:00時～15時30分頃
4月14日(金) 5月12日(金)
6月9日(金) 7月14日(金)
8月祭日のため休み 9月8日(金)

【開催場所】 市民交流ひろば4階

住所 柏原市今町1-2-26 (JR 柏原西口)

【参加対象者】 おおむね60歳以上の方で市民交流ひろばまで
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かけます)

【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、交流広場教室内のみの補償
ですのでご了解お願いいたします。

*平成29年度前期予定ですが、会場は12月まで使用いた
します。残りについては現在検討中ですので、後日連絡いた
します。

平成29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～

脳の体操などを体験して
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3日・5月1日・6月5日・7月3日・8月7日
9月4日・10月2日・11月6日・12月4日
平成30年2月5日・3月5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。）

【講師】 NPO法人シルバーアドバイザー・ネット大阪 二葉先生

介護予防サポーターズ

【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
柏原市高齢介護課

電話 970-3100
電話 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

河内音頭を踊り続けて半世紀、中野正子の

踊って楽しい介護予防と

口もと笑顔で健康教室

[開催日時] 13:30 ~ 14:30

4月10日・5月8日・6月12日・7月10日

8月14日・9月11日・10月30日・

11月13日・12月11日

平成30年1月29日・2月26日・3月12日

[開催場所] 柏原市老人福祉センター（やすらぎの園）

[対象者] おおむね60歳以上の元気な方

[内容] 河内音頭おどりと介護予防講話

[講師] 中野 正子 他

[参加費] 無料

[お申込み方法] 随時・当日参加もOK

[お問い合わせ] 柏原市老人福祉センター

☎ 976-1666

主催 中野正子社中 ほほえみの会

共催 柏原市老人福祉センター

柏原市高齢介護課