



## ◆「リノベのいばらき」プロジェクト DIY工房ワークショップ

日 時	毎週水、木、土、日のいずれかの曜日に開催いたします。 10:00～12:00（予定）		
会 場	リノベのいばらきDIY工房（元町3-39）		
内 容	DIY工房にて、おしゃれな収納ボックス、アロマ雑貨、木の壁かけシェルフ作りなど、様々なワークショップを実施しています。詳しくはリノベのいばらきHPまで。（ <a href="http://rinobe-ibaraki.com/">http://rinobe-ibaraki.com/</a> ）		
対象・定員	小学生以上	費用	ワークショップによって異なります。
申込方法	工房に電話またはE-mailでお申込み下さい。TEL：657-7675 E-mail：rinobeibaraki@yahoo.co.jp		
持ち物・服装	汚れてもよい服装でお越しください。		
問合せ先	政策企画課 坂根 TEL：620-1605		

## ◆“あいの流パーキンソンダンス®”の会 ～ダンスを通じて元気になろう！～ 第20弾

日 時	令和元年8月2日（金）・9日（金）・16日（金）・23日（金） 11:00～12:00（受付：10:40）		
会 場	藍野病院 本館5階 多目的ホール（高田町11-18）		
内 容	リズムに合わせ動きやすい身体を作ります！ ①全身のストレッチ ②音楽に合わせたリズム体操 ③頭の体操を取り入れた腕や足の運動 ④ステップ練習、バランス練習		
対象・定員	パーキンソン病の方（パーキンソン症候群の方も含む）、15人程度（先着順）	費用	無料
申込方法	各開催日時の一週間前までに電話		
持ち物・服装	動きやすい服装		
問合せ先	藍野病院リハビリテーション部 担当：荒木 TEL：627-7611（代表）		
その他	当院ホームページもご参照ください。		

## ◆楽しく学ぶ初心者のパソコン教室

日 時	エクセル・ワード：令和元年8月9日（金）・13日（火）・16日（金）・21日（水）・22日（木） メール・インターネット：令和元年8月15日（木）・19日（月）、デジカメ：令和元年8月26日（月） ワード・インターネット・デジカメは9:30～11:30、エクセル・メールは13:30～15:30 （8月以降の実施日や講座内容は、広報「いばらき」、茨木市シルバー人材センターHPに掲載します）		
会 場	茨木市シルバー人材センター（東奈良一丁目4-1）		
内 容	パソコン操作が初めての高齢者をはじめ、初心者の方でも理解いただけるよう、独自のテキストにより、ゆっくりと丁寧に学習を進めます。		
対象・定員	制限なし、特にパソコン超初心者の方、エクセル・ワードが初めての方、10人		
費用	1講座1,500円（回数券あり：5回分6,000円）		
申込方法	各講座の3日前までにFAXまたはハガキ（講座名と日時、住所、氏名、年齢、電話番号、FAX番号を記入） （〒567-0861東奈良一丁目4-1）		
持ち物・服装	筆記用具		
問合せ先	茨木市シルバー人材センター TEL：634-8990 FAX：634-9449 E-mail：ibarakiscm@tea.ocn.ne.jp		
その他	各講座の実施日や講座内容は、広報「いばらき」や茨木市シルバー人材センターのホームページに掲載します。		

## ◆ゆるやか女子会

日 時	令和元年 ①8月9日（金） ②9月14日（土） ③10月11日（金） ④11月9日（土） 13:00～15:00		
会 場	男女共生センターローズWAM（元町4-7）		
内 容	①③「コラージュ」で自分の気持ちを感じる。 ②アサーションで気持ちのよいコミュニケーションを知る。 ④こころの整理で自分を眺める。		
対象・定員	人間関係や生きづらさに悩む16歳以上の女性、先着10人	費用	無料
申込方法	男女共生センターローズWAMまで電話または窓口		
一時保育	あり（有料、1歳から未就学児まで）、利用日の7日前（休所日を除く）17:00までに要申込、先着順		
問合せ先	人権・男女共生課（男女共生センターローズWAM） TEL：620-9920 E-mail：rosewam@city.ibaraki.lg.jp		

## ◆シルバー入会説明会

日 時	毎月1回開催 令和元年8月9日（金）、9月12日（木）、10月11日（金）、11月12日（火） 13:30～16:00		
会 場	茨木市シルバー人材センター		
内 容	生きがいの充実や社会参加を希望される高齢者に対して、仕事や地域活動を通じて健康、生きがいづくり、地域社会に貢献してみたい方へのシルバー入会説明会です。		
対象・定員	60歳以上の市民、毎月先着50人	費用	無料
申込方法	シルバー人材センターへ電話（受付時間9:00～17:00、ただし土、日、祝日は休み）		
持ち物・服装	筆記用具（入会手続きに必要な持ち物は、電話申込時にご説明します）		
問合せ先	茨木市シルバー人材センター TEL：634-8990 FAX：634-9449 E-mail：ibarakiscm@tea.ocn.ne.jp		

## 講座・事業情報（健康・暮らし）

### ◆藍野大学市民公開講座（8月開催）

日 時	令和元年8月31日（土） 13:00～15:30
会 場	藍野大学（東太田四丁目5-4）
内 容	いつもでも自分らしく豊かな生活をおくれるよう、高齢者住宅のあり方や認知症に関する講座を開催します。
対象・定員	対象者の指定は特にありません。定員数200人（先着順）
申込方法	電話またはFAXで必要事項を添えてお申し込み下さい。＊FAXでの受付を希望される場合、氏名、性別、年齢（〇歳代）、参加者数、住所、電話番号を記入の上、藍野大学市民公開講座係に送信して下さい。
問合せ先	藍野大学市民公開講座係 TEL：627-1711 FAX：627-1753
そ の 他	公共交通機関をご利用の上、ご来校ください。（JR摂津富田駅より、無料のスクールバスをご利用ください）

### ◆糖尿病オープン教室

日 時	令和元年9月14日（土） 10:00～12:00（受付開始：9:30～）
会 場	済生会茨木医療福祉センター 3階 会議室（上穂積一丁目2-27）（済生会茨木病院の道路隔てて向かいです）
内 容	糖尿病や糖尿病に関わりの深い病気について、またその予防方法（食事や運動のポイントなど）を気軽に楽しく学べる教室です。年4回シリーズで開催しています。講師：大阪府済生会茨木病院スタッフ
対象・定員	糖尿病に関心のある方であれば、どなたでもご参加いただけます。（要予約）
申込方法	8月14日（水）受付開始予定 申込用紙にご記入のうえ、FAXでお申し込みください。 ※申込用紙は当院ホームページよりダウンロードできます。 FAX：627-2022
持ち物・服装	筆記用具
問合せ先	大阪府済生会茨木病院 地域医療連携室 高山 TEL：622-8651（代表）（月～金曜10:00～16:00）
そ の 他	病院までの無料送迎バスあり（詳しくはホームページをご覧ください）

### ◆藍野大学市民公開講座（9月開催）

日 時	令和元年9月14日（土） 1-1：①13:30～14:30 ②16:00～17:00（①と②は同じ内容） 1-2：14:45～15:45
会 場	藍野大学
内 容	高齢者の方が健康を保持し豊かな生活を送ることができるよう、1-1：認知症に関するエクササイズ（①と②は同じ内容）、1-2：男性の排尿障害に関する講座を開催します。
対象・定員	制限なし、1-1：定員80人（各40人先着順）、1-2：200人（先着順）
費 用	無料
申込方法	電話またはFAXで必要事項を添えてお申し込み下さい。＊FAXでの受付を希望される場合、氏名、性別、年齢（〇歳代）、参加者数、住所、電話番号を記入の上、藍野大学市民公開講座係に送信して下さい。
持ち物・服装	1-1に参加される方は、運動しやすい服装でお越しください。
問合せ先	藍野大学市民公開講座係 TEL：627-1711 FAX：627-1753
そ の 他	公共交通機関をご利用の上、ご来校ください。（JR摂津富田駅より、無料のスクールバスをご利用ください）

### ◆認知症家族教室（9月開催）

日 時	令和元年9月28日（土） 14:00～16:00
会 場	藍野病院 本館5階 多目的室（高田町11-18）
内 容	認知症の介護に必要な知識を身に付けてもらいます。ご家族同士の交流を通して不安や介護負担を軽減します。 1部：講義（生活環境／食事について）、2部：お茶会（意見交換）
対象・定員	認知症患者さまのご家族
申込方法	所定の申込用紙または電話
問合せ先	藍野病院地域医療連携室 TEL：621-1321

### ◆茨木市医師会出前講座

日 時	令和元年①10月23日（水） ②11月19日（火） 14:00～15:30
会 場	①豊川コミュニティセンター（藤の里町二丁目16-8） ②庄栄コミュニティセンター（庄二丁目26-12）
内 容	①谷口内科循環器クリニック谷口寛昌先生（高血圧について） ②すぎたクリニック杉田光司先生（胃カメラ、大腸カメラについて）が、現場の医師が日頃患者様と接するうえで、皆様にご存知いただくことが大切な事項についてお話しさせていただきます。
対象・定員	各100人
申込方法	申込不要、現地に直接お越しください。
問合せ先	茨木市医師会 TEL：622-2001

## 講座・事業情報（健康・暮らし）

### ◆認知症家族教室（11月開催）

日 時	令和元年11月30日（土） 14:00～16:00		
会 場	藍野病院 本館5階 多目的室（高田町11-18）		
内 容	認知症の介護に必要な知識を身に付けてもらいます。ご家族同士の交流を通して不安や介護負担を軽減します。 1部：講義（認知症のお薬について）、2部：お茶会（意見交換）		
対象・定員	認知症患者さまのご家族	費 用	無料
申込方法	所定の申込用紙または電話		
問合せ先	藍野病院地域医療連携室 TEL：621-1321		

### ◆ライブラリーフェスティバル講演会「未定」

日 時	令和元年11月（日時未定）		
会 場	中央図書館 2階 多目的室（畑田町1-51）		
内 容	茨木市に関連する講演会（詳細な内容未定）		
対象・定員	一般対象、60人（事前申込制）	費 用	無料
申込方法	10月（日未定）9:30から、中央図書館窓口または電話		
問合せ先	中央図書館 TEL：627-4129		

### ◆まちづくり塾

日 時	未定		
会 場	未定		
内 容	子どもたちの「まち」や「まちづくり」への関心を高め、将来のまちづくりの担い手としての成長につなげる市民参加講座です。		
対象・定員	小学生および中学生、20人	費 用	無料
申込方法	都市政策課まで 電話、FAX、E-mailで氏名、住所、連絡先を確認します。		
問合せ先	都市政策課 TEL：620-1660 FAX：620-1730 E-mail：toshi@city.ibaraki.lg.jp		

### ◆太田 知恵の和

日 時	未定 9:30～12:30		
会 場	太田公民館 2階 大会議室（太田三丁目6-18）		
内 容	東芝大阪工場跡地で始まる「環境と人に優しく、災害に強いまちづくり」について、地域のみなさんとともに、考え、語り合う「場」を開催します。講師：追手門学院大学 山本博史さん		
対象・定員	制限なし、60人	費 用	無料
申込方法	都市政策課まで 電話、FAX、E-mailで氏名、住所、連絡先を確認します。		
問合せ先	都市政策課 TEL：620-1660 FAX：620-1730 E-mail：toshi@city.ibaraki.lg.jp		

### ◆まちづくりラボ

日 時	未定		
会 場	未定		
内 容	まちづくりへの関心を高めるため、参加者自らが地域の身近な課題や事例を素材に、具体的な問題解決に向けてチーム学習を行う参加者主体型の市民講座です。		
対象・定員	制限なし、30人	費 用	無料
申込方法	都市政策課まで 電話、FAX、E-mailで氏名、住所、連絡先を確認します。		
問合せ先	都市政策課 TEL：620-1660 FAX：620-1730 E-mail：toshi@city.ibaraki.lg.jp		