

 福祉

◆聴力障害者のためのよくわかる時事講座

日 時	令和4年5月25日（水）、7月27日（水） 19:00～21:00、5月13日（金）、6月10日（金） 10:00～12:00		
会 場	障害福祉センターハートフル 4階 大会議室（片桐町4-26）		
内 容	聴覚障害者の情報不足を補うための講座です。		
対象・定員	茨木市在住、在勤の聴覚障害者・中途失聴者	費用	無料
申込方法	電話、FAX（住所、名前、電話番号、障害の有無、種別、等級）、直接窓口		
問合せ先	障害福祉センターハートフル TEL：072-620-9818 FAX：072-620-9812		

◆聴力障害者のための文化講座

日 時	令和4年6月21日（火）、7月5日（火）（9月、11月、12月も引き続き実施します） 13:30～15:30		
会 場	障害福祉センターハートフル		
内 容	聴覚障害者のための文化講座（内容は未定）		
対象・定員	茨木市在住、在勤の聴覚障害者・中途失聴者	費用	無料
申込方法	電話、FAX（住所、名前、電話番号、障害の有無、種別、等級）、直接窓口		
問合せ先	障害福祉センターハートフル TEL：072-620-9818 FAX：072-620-9812		

◆認知症サポーター養成講座

日 時	平日概ね90分		
会 場	会場（市内）の手配や準備、それらに係る費用は依頼者負担です。		
内 容	認知症に関する正しい知識と対応、認知症サポーターにできることについて学びます。		
対象・定員	市内在住、在勤、在学の団体やグループ	費用	無料
申込方法	茨木市認知症地域支援推進員まで、申込用紙（福祉総合相談課HPからダウンロード）をFAX		
持ち物・服装	筆記用具		
問合せ先	茨木市認知症地域支援推進員（社会福祉法人慶徳会地域相談支援室） TEL：072-657-7717 FAX：072-657-9811		

 健康・くらし

◆あしたせ踊りで楽しもう！！

日 時	毎月第2・4火曜日 10:30～12:00		
会 場	葦原多世代交流センター（新和町21-27）		
内 容	オリジナルの踊りや盆踊りなどの民謡を中心とした運動です。		
対象・定員	60歳以上の市民、25人	費用	無料
申込方法	電話、来館など		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ、名前、住所、年齢の確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター TEL：072-637-2422		

◆パッチワーク教室

日 時	毎月第1・3木曜日 13:30～15:30		
会 場	葦原多世代交流センター		
内 容	初心者から中級向けの教室です。		
対象・定員	60歳以上の市民、10人		
費用	500円（作品により、別途材料代が必要な場合があります）		
申込方法	電話、来館など		
持ち物・服装	裁縫セット、センター利用証（なければ、名前、住所、年齢の確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター TEL：072-637-2422		

情報の申し込み方法の中に「〒567-8505」と記載されていることがありますが、これは茨木市役所専用の郵便番号です。住所を記入しなくても茨木市役所に届きます。

◆元気アップ!!体操

日 時	毎月第1・3金曜日 10:30～12:00		
会 場	葦原多世代交流センター（新和町21-27）		
内 容	転倒予防・生活習慣病予防・認知機能向上・介護予防を中心とした運動です。 各月にテーマを決めて取り組みます。		
対象・定員	60歳以上の市民、25人	費用	無料
申込方法	電話、来館など		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ、名前、住所、年齢の確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター TEL：072-637-2422		

◆ブレインスポーツ

日 時	毎月第1回 10:30～12:00		
会 場	葦原多世代交流センター		
内 容	数独やクロスワードパズルなど、多様な頭脳ゲームを楽しみます。		
対象・定員	60歳以上の市民、25人	費用	無料
申込方法	電話、来館など		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ、名前、住所、年齢の確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター TEL：072-637-2422		

◆ゆるヨガ教室

日 時	毎月第2・4金曜日 10:30～11:30		
会 場	葦原多世代交流センター		
内 容	初心者向けのヨガ教室による健康づくりです。		
対象・定員	60歳以上の市民、10人	費用	無料
申込方法	電話、来館など		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ、名前、住所、年齢の確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター TEL：072-637-2422		

◆あしはら認知症サポーター養成講座

日 時	毎月第3木曜日 10:30～12:00		
会 場	葦原多世代交流センター		
内 容	認知症に関する正しい知識と対応を理解し、認知症サポーターとしてできることを学び、認知症本人やその家族を見守る応援者になるための講習です。		
対象・定員	60歳以上の市民、20人	費用	無料
申込方法	電話、来館など		
問合せ先	葦原多世代交流センター TEL：072-637-2422		

◆のど上げ体操『飲み込み力をアップして誤嚥を予防しましょう!』

日 時	毎月第4土曜日 10:30～12:00		
会 場	葦原多世代交流センター		
内 容	誤嚥性肺炎予防・生活習慣病予防・認知機能向上・介護予防を中心とした運動です。		
対象・定員	60歳以上の市民、25人	費用	無料
申込方法	電話、来館など		
持ち物・服装	動きやすい服装、水分補給のための飲み物、センター利用証（なければ、名前、住所、年齢の確認できるもの）		
問合せ先	葦原多世代交流センター TEL：072-637-2422		

◆手作り講座

日 時	隔月（実施日未定）各土曜日 13:30～15:00		
会 場	障害福祉センターハートフル 3階 交流室（片桐町4-26）		
内 容	季節に応じた手作り作品の制作。干支張り子や鬼のお面の絵付けなど		
対象・定員	茨木市在住、在勤の18歳以上の方、10人、応募者多数の場合は抽選（障害者優先）		
費用	材料費のみ実費		
申込方法	期間未定、電話、FAX（住所、名前、電話番号、障害の有無、種別、等級）、直接窓口		
問合せ先	障害福祉センターハートフル TEL：072-620-9818 FAX：072-620-9812		

◆シルバー入会説明会

日時	毎月1回開催 令和4年4月7日（木）、5月12日（木）、6月9日（木）、7月7日（木） 9:30～12:00または13:30～16:00（時間厳守）
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	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、午前・午後とも各12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説明します）
問合せ先	茨木市シルバー人材センター TEL：072-634-8990 FAX：072-634-9449 E-mail：ibarakiscm@tea.ocn.ne.jp

◆楽しく学ぶ初心者のパソコン教室

日時	エクセル（入門）・ワード（入門）：令和4年4月13日（水）・14日（木）・18日（月） エクセル（応用）・ワード（応用）：4月21日（木）・22日（金） メール・インターネット：4月12日（火） スマホ：4月26日（火） ワード・インターネットは9:30～11:30、エクセル・メールは13:30～15:30 スマホは9:30～11:30と13:30～15:30 （実施日や講座内容の詳細は、広報「いばらき」、シルバー人材センターHPに掲載します）
会場	エクセル・ワードは茨木市シルバー人材センター メール・インターネット・スマホはシルバーサポートセンター（駅前三丁目2-1 杉林ビル2階）
内容	パソコン・スマホ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、名前、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：072-634-8990 FAX：072-634-9449 E-mail：ibarakiscm@tea.ocn.ne.jp

◆ダンス講座

日時	令和4年5月～令和5年2月第1・3火曜日か水曜日 年間20回 13:30～14:30
会場	障害福祉センターハートフル 4階 大会議室（片桐町4-26）
内容	話題曲に振付を付け、少しずつ覚えていきます。最後は通して1曲踊りきります。
対象・定員	茨木市在住、在勤の18歳以上の方、先着20人
費用	無料
申込方法	電話、FAX（住所、名前、電話番号、障害の有無、種別、等級）、直接窓口
問合せ先	障害福祉センターハートフル TEL：072-620-9818 FAX：072-620-9812

◆笑いヨガ講座

日時	令和4年5月～令和5年2月第2・4水曜日 年間20回 10:00～11:00
会場	障害福祉センターハートフル 3階 交流室
内容	お腹から笑って、健康に。笑顔の呼吸法です。
対象・定員	茨木市在住、在勤の18歳以上の方、先着20人
費用	無料
申込方法	電話、FAX（住所、名前、電話番号、障害の有無、種別、等級）、直接窓口
問合せ先	障害福祉センターハートフル TEL：072-620-9818 FAX：072-620-9812

情報の申し込み方法の中に「〒567-8505」と記載されていることがありますが、これは茨木市役所専用の郵便番号です。住所を記入しなくても茨木市役所に届きます。

◆「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	リノベのいばらきHP ( <a href="https://rinobe-ibaraki.com/">https://rinobe-ibaraki.com/</a> ) 参照 約2時間～3時間（ワークショップによって異なります）
会 場	リノベのいばらきDIY工房（元町3-39）
内 容	木工、ハンドメイド作品が作れるDIYワークショップを月に数回開催。こども向け～中級者向けまで、1回完結講座や連続講座など、レベルやニーズに応じた多様なワークショップを実施。 詳細はリノベのいばらきHPまで。（HP： <a href="https://rinobe-ibaraki.com/">https://rinobe-ibaraki.com/</a> ）
対象・定員	概ね3歳以上（ワークショップによって異なります）
費 用	概ね数千円（ワークショップによって異なります）
申込方法	専用フォーム、E-mail (rinobeibaraki@yahoo.co.jp)、電話（072-657-7675）でリノベのいばらきまで
持ち物・服装	汚れてもよい服装またはエプロンをお持ちください。
問合せ先	政策企画課 TEL：072-620-1605

◆ヤクルト健康セミナー

日 時	未定	
会 場	葦原多世代交流センター（新和町21-27）	
内 容	未定	
対象・定員	60歳以上の市民、20人	<b>費用</b> 無料
申込方法	電話、来館など	
持ち物・服装	センター利用証（なければ、名前、住所、年齢の確認できるもの）	
問合せ先	葦原多世代交流センター TEL：072-637-2422	

◆太田 知恵の和

日 時	未定	
会 場	追手門学院大学総持寺キャンパス（太田東芝町1-1）	
内 容	茨木太田地区における「防災・安心安全」を核とする持続的な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：未定	
対象・定員	制限なし、60人	<b>費用</b> 無料
申込方法	都市政策課まで 電話、FAX、E-mailで名前、住所、連絡先を確認します。	
問合せ先	都市政策課 TEL：072-620-1660 FAX：072-620-1730 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、20人	<b>費用</b> 無料
申込方法	都市政策課まで 電話、FAX、E-mailで名前、住所、連絡先を確認します。	
問合せ先	都市政策課 TEL：072-620-1660 FAX：072-620-1730 E-mail：toshi@city.ibaraki.lg.jp	

◆まちづくり塾

日 時	未定	
会 場	未定	
内 容	こどもたちの「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	小学校高学年および中学生、20人	<b>費用</b> 無料
申込方法	都市政策課まで 電話、FAX、E-mailで名前、住所、連絡先を確認します。	
問合せ先	都市政策課 TEL：072-620-1660 FAX：072-620-1730 E-mail：toshi@city.ibaraki.lg.jp	