

高齢者

**スマートフォン講座**  
LINEの活用やアプリを使った防災、音声アシスタントなどを解説。  
時 12月5日(火)午前10時半～午後0時半  
場 北陵公民館  
対 65歳以上の市民  
講 ソフトバンク(株)社員  
定 20人  
他 スマートフォンは貸し出し。申し込みが5人未満の場合は中止。講習終了後、川西警察署から「特殊詐欺被害防止」の講話(15分程度)あり  
印 電話はがきに住所、氏名、電話番号、手話通訳や要約筆記を希望する人はその旨を書き、11月20日(月)必着までに介護保険課へ(抽選結果は郵送で案内)  
☎ 072(740)1148  
老人福祉センター  
<60歳以上が対象>  
一の鳥居 ☎ 072(794)0615

半  
定 25人  
印 11月1日(水)から  
たまごの殻でクリスマスサンタとトナカイを作ろう  
時 11月16日(木)午後1時～3時  
講 クラフト作家の藤井恵子さん  
費 500円  
定 8人  
他 速乾性木工ボンドとピンセット、はさみ持参  
印 11月1日(水)から  
出前健康測定会  
筋肉量や血管年齢、身体バランスの測定を実施。  
時 11月29日(水)午前10時～正午  
講 保健センター職員  
定 25人  
印 11月1日(水)から  
緑台 ☎ 072(792)6889  
健康体操  
時 11月8日(水)午前10時～11時  
半  
定 25人  
印 11月1日(水)から  
趣味の会活動展  
1階ロビーで生け花や書道、手工芸、俳句の展示。  
また、家庭で不要な賞味期限1カ月以上の食品を受け付けし、福祉団体や子ども食堂

などに寄付するフードドライブを実施します。  
時 11月11日(土)午前10時～午後4時半、12日(日)午前10時～午後3時  
健康運動講座  
テーマは「簡単なトレニングとストレッチとウォーキング」。  
時 11月29日(水)午後1時半～3時  
講 (公財)文化・スポーツ振興財団職員  
定 15人  
他 室内用シューズとタオル持参  
印 11月13日(月)から  
久代 ☎ 072(756)1321  
健康体操  
時 11月21日(火)午後1時～2時半  
定 15人  
他 上靴とバスタオルかヨガマット持参  
印 11月2日(木)午前9時半から

セミナー

自分らしい働き方を  
見つけるセミナー2023  
テーマは「事例から学ぼう！働くときに知っておきたいルールと権利」。  
雇用契約書や産休・育休など、基礎知識を具体例から学ぶ。  
時 12月4日(月)午前10時～正午  
場 男女共同参画センター  
対 市民や市で働いている・働きたい人  
講 特定社会保険労務士の高見香織さん  
定 20人  
他 保育あり(対象は1歳半以上の未就学児。11月27日(月)正午までに予約)  
印 産業界振興課へ  
☎ 072(740)1162  
豊かなコミュニケーションを  
心理学の視点で学ぶ  
テーマは「ココロに栄養を」。日常の心地よい人間関係をめざして、心理学の視点からストロークなどについてワークを交えて学ぶ。  
時 11月29日(水)午前10時～正午  
場 男女共同参画センター  
講 (特非)A・T・Hの鴨井美稚子さん他  
定 16人  
他 保育あり(1歳半以上の未就学児。先着8人。11月22日(水)正午までに予約)  
印 住所、氏名、電話番号を同センターへ

☎ 072(759)1856・072(759)1891  
Fax 072(759)1891  
✉ info@gesca-kawanshi.jp  
みんなで創る  
「マチのキオク」セミナー  
写真や古文書、地図、刊行物など、身の回りに存在する「マチのキオク」。これらを記録・保存(アーカイブ)する重要性を学ぶ3回のセミナー。  
①資料活用や消滅の危険性など  
②アーカイブのまちづくりへの影響  
③北摂地域のアーカイブ構築に向けて。  
時 ①11月24日(金)②12月22日(金)③令和6年1月26日(金)。いずれも午後7時～9時  
場 市民活動センター  
講 ①大阪電気通信大学名誉教授の小田康徳さん②あまがさきアーカイブズの西村豪さん  
③北摂アーカイブ研究所の金淵信一郎さん他  
定 各15人  
他 保育あり(1歳半以上の未就学児。先着3人。①11月17日(金)②12月15日(金)③1月19日(金)までに予約)  
印 住所、氏名、年齢、電話番号、メールアドレスと希望日を同センターへ  
☎ 072(759)1826・072(759)1891  
Fax 072(759)1891

✉ info@gesca-kawanshi.jp  
NPO・地域活動の資金調達セミナー  
①団体の運営と助成金の関係②助成金の申請書の書き方のポイント。  
主 (特非)市民事務局かわにし  
時 ①11月27日(月)午前10時半～正午②午後1時半～3時  
場 市民活動センター  
講 ①(特非)市民事務局かわにしの三井ハルコさん②(公財)ひようごコミュニティ財団の長澤潤一郎さん  
定 各8人  
印 住所、氏名、年齢、電話番号、メールアドレス、希望時間(①か②)、所属があれば団体名を同センターへ  
☎ 072(759)1826・072(759)1891  
Fax 072(759)1891  
✉ info@gesca-kawanshi.jp  
つながりノート連絡会  
第一部は「認知症・認知機能障害色々あるよ」。  
第二部は「在宅の暮らしを支える地域包括支援センター―猪名川町の場合」。  
主 市・猪名川町在宅医療・介護連携支援センター  
時 11月16日(木)午後2時～4時  
場 猪名川町日生住民センター(猪名川町松尾台1-2-20)

対 市民、医療・介護専門職など  
講 木村メイカルクリニック院長の木村紀久さん  
印 市・猪名川町在宅医療・介護連携支援センターへ  
☎ 072(755)4100  
防災と飲料缶の講演会  
自然災害の防災対策と飲料缶の密封技術・製造方法を専門家が講演。  
主 東洋食品工業短期大学  
時 11月22日(水)午後1時半～4時半  
場 東洋食品研究所  
定 対面50人、オンライン50人  
印 講義名、会場またはオンライン、住所、氏名、電話番号を同大学へ  
☎ 072(759)4221・072(758)6959  
Fax 072(758)6959  
✉ info@tosnku.ac.jp  
かわにしファミリアサポートセンター講習会  
テーマは「サポート中の肩こりを防ごう!」。  
主 かわにしファミリアサポートセンター  
時 11月7日(火)午前10時～正午  
場 キセラ川西プラザ3階  
対 会員や子育て支援に興味がある人

講 宝塚医療大学准教授の中川達雄さん  
定 30人  
印 市民優先。同センター事務局へ  
☎ 072(740)6800  
✉ fanisapoo@k-shakyo.or.jp  
人権学校  
テーマは「子どもが子どもでいられるまちに―ヤングケアラーと人権」。  
①私とヤングケアラー②ヤングケアラーと子どもの人権  
主 市・人権啓発ポーター会  
時 11月15・22・29日の水曜日。いずれも午後1時半～3時半。全3回  
場 総合センター  
講 mottoひようご事務局長の栗木剛さん  
他 手話通訳・保育あり(1歳半以上の未就学児。11月7日(火)までに予約)  
問 人権推進多文化共生課  
☎ 072(740)1150  
多文化共生セミナー  
ワークショップ  
テーマは「多文化共生の地域をつくらう!」。  
外国人が隣に住むとはどう

いうことが、言葉や文化の違いから生まれる面白さなど。  
主 社会福祉協議会  
時 12月6日(水)午後2時～4時  
場 キセラ川西プラザ2階  
講 地域と日本語教師の会@川西のユン有子さん  
定 30人  
他 保育あり  
印 11月30日(木)までに同協議会ホームページの申し込みフォームから送信  
☎ 072(759)5200  
✉ https://forms.gle/bMH9KELT9BhLZNG  
就職活動でのストレス対処法セミナー  
就職活動や就職後の仕事によるストレスの原因を把握し、ストレスをためない考え方と対処法を考える。  
主 若者キャリアサポート川西  
時 11月16日(木)午後2時～4時  
場 アステ市民プラザ  
対 おおむね40歳まで  
講 キャリア・アドバイザーの金谷真由美さん  
定 10人  
印 同団体へ  
☎ 080(257)6796  
✉ https://wks-kawanshi.com/

入居者・見学者募集  
天然温泉あり  
HPIはこちから!  
磨き抜かれた「おもてなし」  
認知症の方も受入可能  
自分らしさを叶える、上質な毎日をサポートします。各お問い合わせは  
☎ 0120-78-4850

介護付有料老人ホーム スーパー・コート 川西  
川西市東久代2丁目16番14号 ☎ 072-758-4850

介護付有料老人ホーム スーパー・コート 川西加茂  
川西市加茂2丁目6番23号 ☎ 072-740-4850

高齢者住宅 スーパー・コート 南花屋敷  
川西市南花屋敷4丁目10番11号 ☎ 072-758-2000

株式会社スーパー・コート 大阪市西区西本町1-7-7 CE西本町ビル  
△掲載の申し込みは(株)ジチタイアド ☎ 092(716)1401へ。