

住み慣れた地域で暮らし続ける

もっと楽しくもっと元気に

高齢者の皆さんが住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるよう、市ではさまざまなサービスや生きがいがづくりの支援を行っています。あなたにピッタリな場所を見つけて、もっと楽しく、もっと元気に過ごしてみませんか？
問合せ 長寿介護課 / Tel674-7166



●憩いの場 すこやかテラス ID 076438

市内5カ所の「すこやかテラス」は、健康づくりや教養の向上、レクリエーションの場、憩いの場として、60歳以上の人が無料で利用できる施設です。Wi-Fi環境も整っていて、スマホの使い方講座なども定期的開催しています。

5つのすこやかテラス

施設名・所在地	電話番号
富田(富田町2-4-9)	Tel694-7212
郡家(郡家新町48-6)	Tel685-0479
春日(春日町21-28)	Tel671-7872
山手(山手町2-2-2)	Tel685-4656
芝生(芝生町4-3-11)	Tel678-6620

※9:00～17:15 (休館は日曜、芝生は火曜。敬老の日を除く祝日)
※郡家・山手はJR高槻駅から送迎バスあり

新たな楽しみや友達との出会いがあります



星野好昭さん (81歳) 西尾幸子さん (73歳)

知り合いにテラスを教えてもらって通い始めました。体操教室に通っていて、映画鑑賞会も楽しいです(星野さん)

テラスは明るくて楽しい雰囲気。正しい体操のやり方も教えてもらい筋力アップしました(西尾さん)

60代の頃から通い始めて20年以上。卓球とカラオケ教室が特に好きで、毎日通っています(林さん)
まずは見学だけでも来てみてほしいです。皆でゲームをしているうちにいつのまにか友達が増えますよ(川瀬さん)



林ミチ子さん (82歳) 川瀬節子さん (79歳)

◆こんな形の生きがいがづくりもあります◆

●老人クラブ

ID 005753

地域とのつながりを大切に健康づくりや趣味などを楽しむグループ。あなたの地域で活動しているクラブに参加してみませんか。

問合せ 長寿介護課
Tel674-7166

●シルバー人材センター

ID 005768

意欲や能力に応じて、臨時的・短期的で軽易な仕事を紹介します。会員を募集中です。

対象 60歳以上

問合せ 同センター

Tel681-2751

備えて安心 緊急時のサービス

●緊急通報装置と熱感知センサーの貸出 ID 005759

急病時などに警備会社に通報できる緊急通報装置を、また希望者には、24時間熱反応を感知しないと自動で警備会社へ通報する熱感知センサーを貸し出しています。

●救急医療情報キットの配布 ID 005762

持病などの情報を自宅の冷蔵庫に保管することで、緊急時に駆けつけた救急隊員が的確に対応できるようになります。

ID 098555 すこやかフェスタ 80

あの海洋冒険家・堀江謙一さんが
高槻にやってくる

申込順
1500人
無料

第1部 敬老セレモニー
介護予防マイスターの紹介と活動報告

第2部 海洋冒険家の堀江謙一さん特別講演
「人生100年時代への航海
～65歳からの羅針盤～」

日時 10/8(日) 13:30～15:30
場所 芸術文化劇場南館トリシマホール
問合せ 長寿介護課 / Tel674-7881
申込 9/4(月)9:00から HP T



令和4年に世界最高齢の83歳という年齢で単独無寄港太平洋横断を達成。ギネス世界記録として認定されている