

スマホ個別相談会

スマホ操作でお困りのことはありませんか。基本操作やアプリの使い方など、ちょっとした「分からない」を一緒に解決します。気軽に申し込んでください。

時9月2日(水)、30日(水)

午前11時～、午前11時30分～、正午～、
午後0時30分～、午後1時～、午後1時30分～、
午後2時～、午後2時30分～ ※1人約20分

所市役所 多目的ホール前

内簡単なスマホ操作の相談

(例) LINEの友だちの追加やグループの作り方、
写真の保存方法、インターネットの検索方法、
アプリのインストール方法や操作方法、
画面が変わった時の戻し方、
専門用語(アプリ、ダウンロード、タップなど)の
こと、ログインやパスワードのこと など

※スマホの機種や契約内容、個人情報が必要とする
内容、金融関係などの相談は不可

定各1人(1日8人)

申電話で下記へ。

問社会教育・文化振興課

☎・📠(582)1142 📠(582)9441

介護予防教室

今日から始める

耳の聴こえと心のフレイル予防

フレイルとは、加齢により身体や心のはたらき、
社会的なつながりが弱くなった状態をいいます。

健康寿命を延ばすために、フレイル予防に取り
組んでみませんか。

	日時	内容
①	9月25日(金)	聴こえてつながる大切さと補聴器の話
②	9月29日(火)	ご存じですか。命の門番(ゲートキーパー)
③	10月 6日(火)	毎日、おいしく食べて健康貯筋
④	10月14日(水)	音楽でココロを豊かに脳を活性化
⑤	10月20日(火)	疲れたカラダやココロを元気にする体操

時午前10時～11時30分(受付：午前9時45分～)

所市立図書館 多目的室

対市内在住で、介護予防や健康づくりに関心のある人

定各25人程度

持筆記用具、飲み物 ※⑤は動きやすい服装

申右記申込フォーム、電話、ファクスまたは
直接、下記へ。ファクスの場合は、氏
名、住所、連絡先を記入。



申込フォーム

問中部地区地域包括支援センター

☎・📠(584)5519 📠(584)5363

家族介護者教室

介護などに役立つ知識や情報についての講座です。
気軽に参加してください。

時①10月15日(木)、②22日(木)、③29日(木)

午後1時30分～3時

※3回連続講座ですが、1回のみ参加も可

所北公民館

内①高齢者の交通安全教室

改正された自転車ルールについて

📠守山警察署 職員

②高齢者のスマホ教室

スマホでできる守山市の申請を

実際にやってみよう

③きらめき介護塾 認知症の人への接し方

対介護をしている人、内容に興味・関心のある人

定各25人程度

持筆記用具

申右記申込フォームまたは電話で下記
へ。



申込フォーム

問北部地区地域包括支援センター

☎・📠(516)4160

長寿政策課からお知らせ

キャラバン・メイト養成研修

認知症についての正しい知識と適切な対応方法を
学べる場である、認知症サポーター養成講座の講師
役となる「キャラバン・メイト」を養成します。

受講要件など詳しくは、市📠をご覧ください。

時10月14日(水)午前9時45分～午後4時35分

(受付：午前9時30分～)

所草津市役所 2階 特大会議室(草津市)

内認知症を理解する講義やグループワーク

対一日を通して受講でき、実際の地域活動(認知症サ
ポーター養成講座への協力や定例連絡会への出席
など)に参加できる人

定40人

申9月30日(水)までに電話またはファクスで下記
へ。

他この講座は、湖南4市(守山・野洲・草
津・栗東市)の合同開催です。



ホームページ

問草津市 長寿いきがい課 長寿政策係

☎(561)2372 📠(561)2480