



2019年度

ビオラ和泉つながり講座

～自助・互助について学びを深めましょう～

高齢者など、誰もが安心して生活するためにはどうしたらいいのか、地域で活動されているボランティアや民生委員の方などとともに2か月に1回楽しく考えています。他の地域の活動の情報交換もできますので、皆様のご参加をお待ちしております。



【2019年度講座予定】

月日	内容
4月22日	ご近所で気になる、こんなこと、あんなこと ～地域づくりに向けて、地域の中の課題を共有しましょう～
6月24日	こんなとき、どこに相談したらいい？ ～地域づくりに向けて、公的機関の活用方法を知りましょう～
8月26日	台風や地震、自然災害に対する備えはできていますか？ ～防災意識を高め、いざというとき地域でどうつながれるか考えましょう～
10月28日	サルコペニアってなに？ ～程度な運動とバランスの良い食事で筋力低下を防ぎましょう～
12月16日	迷いませんか？救急車を呼ぶタイミング ～上手な医療機関、医療制度の使い方を知りましょう～
2020年 2月17日	考えていますか？私らしく人生を終えること ～エンディングノートを書いてみましょう～

※内容等は予告なく変更する場合がありますので事前にご確認ください。

※第1回のみ、場所が地域密着型ビオラ和泉2階となります。ご注意ください。

日 時：偶数月の第4月曜日（12月と2月は第3） 13:30～15:00

場 所：介護老人福祉施設ビオラ和泉 新館1階（和泉市和気町三丁目5-19）

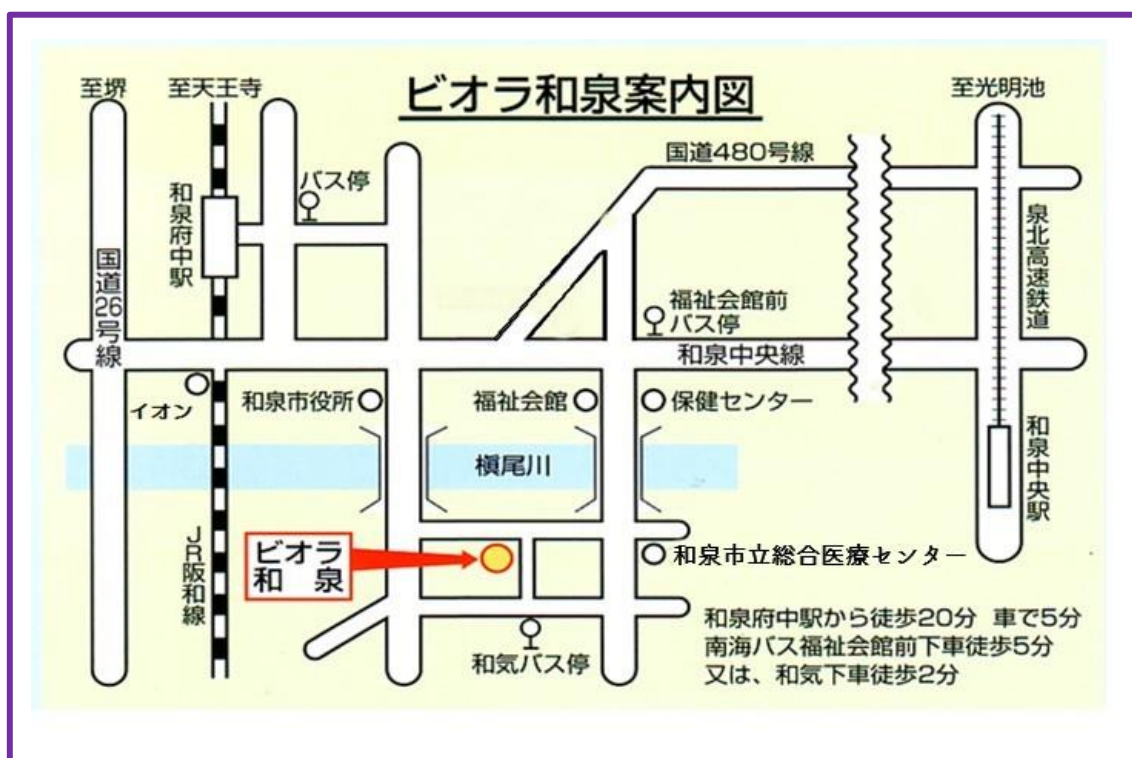
対 象 者：参加資格は特にありません。

「自分にできることは何かないか」と思っている方であればどなたでもご参加いただけます。
また、ボランティアに関心のある方などもぜひご参加ください。

参加方法：参加ご希望の方はお電話等でお申込みください。

（都合のいい日だけの参加も可能ですが、毎回内容が異なります）

2019年度は、参加の回数を確認するための出席カードをお渡しします。
また、講座の最終日に、すべて参加された方に表彰状をお渡しします。



お問い合わせ：ビオラ和泉地域包括支援センター（担当：安宅川・小倉）

TEL 46-0463 FAX 46-0466

協力機関：和泉市社会福祉協議会・和泉市

サンガーデンいきいきネット相談支援センター

ビオラ和泉いきいきネット相談支援センター