



発行：吹田市立内本町コミュニティセンター

TEL：06-6319-3395

FAX：06-6319-3413

おうちでコミセン講座

「高齢者の健康管理」講座

講座「高齢者の健康管理」は、令和3年1月27日（水）に開催を予定していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止におけるコミュニティセンターの休館で、開催することができませんでした。お問い合わせも多くあり、当日講師を勤めて頂く予定だった吹一・吹六地域包括支援センターの社会福祉士、加藤雅恵さんにご協力頂き、お家でも楽しめる講座として発信することになりました。



新型コロナウイルスの影響で外出が減り、認知症関連についての相談が包括支援センターで増えてきています。そのため、今日は認知症チェックリストを載せました。お家で出来るので、一度チェックしてみてください。

■認知症とは

～誰にでも発症のある可能性がある病気です～
 いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなったことにより、様々な障がいがおこり、生活するうえで支障が出ている状態（およそ6か月以上継続）のことを指します。

■認知症チェックリスト

～早期発見、早期対応が大切です～

認知症は、あなたの気付かないところで進行しているかもしれません。
 「あれ、なんだか変かな？」と思ったら右記の質問をチェックしてみましょう。
 （※この認知症チェック項目はあくまでも目安です。認知症の診断をするものではありません。）

■認知症チェックリスト

- ☐ 同じことを言ったり聞いたりする
 - ☐ 物の名前が出て来なくなった
 - ☐ 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた
 - ☐ 以前はあった関心や興味が失われた
 - ☐ だらしなくなった
 - ☐ 日課をしなくなった
 - ☐ 時間や場所の感覚が不確かになった
 - ☐ 慣れた所で道に迷った
 - ☐ 財布などを盗まれたという
 - ☐ ささいなことで怒りっぽくなった
 - ☐ 蛇口・ガス栓の締め忘れ・火の用心が出来なくなった
 - ☐ 複雑なテレビドラマが理解できない
 - ☐ 夜中に急に起きだして騒いだ
- （愛知県、国立長寿医療研究センター作成「認知症チェックリスト」より）

3つ以上あてはまった方はかかりつけ医や地域包括支援センターへ相談しましょう



吹田市吹一・吹六地域包括支援センター

〒564-0032 大阪府吹田市内本町2丁目2番12号 内本町コミュニティセンター内

TEL：06-6317-5461 FAX：06-6317-5469 （受付時間：平日午前9時～午後5時30分）

部 会 活 動 予 定

音楽で元気に！

障がい者支援部会

■ 音楽を聴きながら身体を動かそう～

開催日時：5月16日（日）

午後1時～午後3時

定 員：20人 **先着順**

費 用：コーヒー、紅茶、パウンドケーキなど
各100円でご用意しています

持 ち 物：汗ふきタオル・飲み物

申し込み：不要、当日参加

軽い運動ができる服装でお越しください！！



1日カラオケ教室

文化活動部会

■ 初心者の方も楽しく唄えます

開催日時：5月20日（木）

1部 午前10時～午前11時30分

2部 午後2時～午後3時30分

講 師：おおはし ふみえ大橋 文江

曲 名：ふたり道（歌手 藤 あや子）

定 員：各10人 **多数抽選**

費 用：無 料

申し込み：5月1日（土）～8日（土）

結 果：5月13日（木）



視覚障がいの方のボッチャ

福祉ボランティア部会
障がい者支援部会

■ すべての垣根を越えて、どなたでもできるスポーツ

開催日時：5月29日（土）

午後1時30分～午後3時30分

指 導：吹田ボッチャの会

対 象：視覚障がいの方

定 員：30人 **先着順**

費 用：無 料

持 ち 物：汗ふきタオル・飲み物

申し込み：5月9日（日）～



気をつけようあなたを狙う悪徳商法

暮らし・情報部会

■ 悪質商法にだまされないための知識を身に着けます

開催日時：6月4日（金）

午後1時30分～午後3時30分

講 師：吹田市消費生活センター職員さん

定 員：20人 **先着順**

費 用：無 料

申し込み：5月14日（金）～



アフタヌーンティー

障がい者支援部会

■ お茶と音楽・お花を楽しむ

開催日時：6月6日（日）

午後2時～午後4時

費 用：コーヒー、紅茶、ケーキなど
各100円

申し込み：不要、当日参加



結果は窓口、もしくはお電話でご確認ください

ご注意ください

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため
開催予定の催しも中止となる場合があります。

ホームページ、お電話で必ずご確認を
お願いします。

内本町コミュニティセンター

ホームページ <http://succn.jp>

電 話 6319 - 3395

来館される際には
マスクの着用を
お願い致します。



第25回 人と人つながり結ぶ コミセンすっくまつり



6月26日（土）・27日（日）に予定してお
いしましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止
のため、11月に延期を検討しております。

『超かんたんシンプルスマホ体験教室』

初めての方でも大丈夫！

ガラケーからスマホに切り替えをお考えの方を対象に
スマホの基礎から丁寧に教えます。

講習には人気の「シンプルスマホ」をご用意します。

6月8日（火）

時 間：午後1時30分～3時30分

定 員：20人（多数抽選）

講 師：スマートフォンアドバイザー

参加料：無 料

申し込み：往復はがきでお申し込みください

5月1日（土）～5月13日（木）

〒564-0032 吹田市内本町2丁目2番12号

吹田市内本町コミュニティセンター 宛

次回開催予定：6月22日（火）・9月8日（水）・11月11日（木）・25日（木）
（内容は全て同じです）



大好評

水色の切手の面	往信面
564 0032 吹田市内本町2丁目2番12号 「コミュニティセンター」行 63 往信	何も記入しないで ください

緑色の切手の面	返信面
63 返信 ご本人様の住所 お名前	④ ③ ② ① 住所 名前（ふりがな） 電話番号 スマホ体験教室

お申込みは往復ハガキでお願いします

もこもこくらぶ

5月14日（金）

朗 読

午前10時～正午

対象：60歳以上の男女

定員：先着20人

費用：無料

申し込み不要



ほわほわくらぶ

6月14日（月）

午前10時30分～

午前11時30分

対象：0歳～3歳の

乳幼児と保護者

定員：10組 多数抽選

費用：無 料

申し込み

5月24日（月）～6月1日（火）

抽選結果は、当方より連絡いたします



こども将棋教室

5月8日（土）

午前10時～正午

対象：小学生

定員：先着20人

費用：100円

初心者
歓迎!!

申し込み不要



部 会 活 動 報 告

健やか体操

3月6日（土）

福祉ボランティア部会



おりい あきこ
講師：折居 晶子さん

久しぶりに、元気一杯に身体を動かし、楽しそうにされていました。二部は脳トレで、笑ったり、考えたりで、あっという間に時間が過ぎました。（北嶋）

音楽で元気に！

3月28日（日）

障がい者支援部会



講師
ひしめ あきこ
菱沼 昭子さん

雨の中、久しぶりの活動でした。身体体操と頭の体操を、休憩を入れながら楽しく過ごしました。終わる頃には、身体が軽くなりましたとの声が……。コロナ禍の中、少しずつ活動をしていかなければ！と思いました。（村住）

会員総会のご案内

新型コロナウイルス感染防止のため 第25回協議会会員総会についてのお願い

当初、5月15日(土)開催予定でしたが、
書面にての決議とさせていただきます。
協議会会員さまには、後日、書類を
送付させていただきます。
ご理解の程、よろしくお願い致します。

協議会会員募集

地域のコミュニティづくりを目指す 協議会活動に皆様も参加されませんか

- ・「懐かしの歌声喫茶」等、協議会主催の行事に
優先的に参加できます（一部行事をのぞく）
- ・ボランティアとして、各イベントの企画、
運営にご尽力お願いします
- ・「ざ・コミセン」誌を毎月お届けします

年会費1000円を添えて
窓口までお申し込みください

コミスペ花便り



菜の花が大きく育ちました



コミスペでは4月頃、桜が見ごろを迎えており
ました。桜だけでなく、様々な植物が活動を
始めています。皆様に春の訪れを楽しんで
頂けると幸いです。

『ありがとうございました』



やなぎ ゆうこ
柳 遊子

たくさんの方と出会え、学ばせてもらい、
楽しませてもらった8年間でした。
みなさん！お世話になりました。

消防訓練 3月16日(火) スタッフ研修会



先日、年に2回実施される消防訓練を行いました。
避難誘導の訓練、放水訓練、地震が起きたときどうするかの
DVDなどから学び、いざという時の備えとして訓練を受けました。

* 休館日のお知らせ * コミセン：5月18日(火)・6月15日(火)
コミスペ：毎週木曜日と祝日の翌日 5月4日・5日・6日・7日・13日・20日・27日

JR 以南コミュニティスペースの貸館予約はお電話でも承っております ☎06-6382-3401

吹田市立内本町コミュニティセンター広報誌「ざ・コミセン」250号 令和3年5月1日(土)発行
編集・発行：吹田市 JR 以南コミュニティ協議会 〒564-0032 吹田市内本町2丁目2番12号
☎06-6319-3395/FAX06-6319-3413 mail: ckddi108@sutv.zaq.ne.jp ホームページ <http://succn.jp>

