

# いきいき シニアニュース



ID 39864

## スマホ教室・スマホ相談会

### ●スマホ教室（要予約・各回10人まで）

スマホの基本操作、カメラ、LINE、アプリの使い方等を学べる教室形式の講座です。

①東部市民センター 1/21(水)

②中央図書館 1/28(水)

【開催時間】10:00～正午、13:00～15:00

### ●スマホ相談会（予約および自由来所形式）

スマートフォンの操作で困っていることを気軽に相談できる個別相談会です。

①野口の郷 1/19(月)、2/16(月)、3/13(金)

②小針の郷 1/16(金)、2/17(火)、3/10(火)

③田畠の郷 1/23(金)、2/13(金)、3/9(月)

【相談時間】10:00～正午、13:00～16:00

対象 市内在住でおおむね60歳以上の方

申込み 電話で市委託業者・エイムズエー(株)  
080-1389-2090 (繋がりにくいときは080-2638-3379)

受付時間 10:00～15:00 (土・日可)

※開催施設への直接のご連絡はお控えください。

問合先 行政改革課 (☎ 76-1113)

ID 49958

## 令和7年度 在宅医療・介護市民講演会

「わたしの今後、どうなるの？ 最高の人生の終わり方3～家族・医療・ケアチームと話し合うACP（人生会議）～」

内容 第1部 こまき山劇団による「わたしの今後、どうなるの？ 最高の人生の終わり方3～家族・医療・ケアチームと話し合うACP（人生会議）～」

第2部 小牧市生き活き人生プロジェクトによるシンポジウム

日時 2/7(土) 14:00～16:00 (開場 13:30)

場所 まなび創造館 5階 あさひホール

定員 300人 (当日先着)

問合先 小牧市在宅医療・介護

連携サポートセンター

(☎ 77-0333)



ID 5880

## 寿学園（1月の開催案内）

内容 毎月1回、いろいろな内容の講演や余興を行っています。

日時 1/28(水) (10:30開園)

【午前の部】10:40～11:40

講座「高齢者暮らしの危険セミナー」

【午後の部】13:00～15:00

音楽等鑑賞

場所 市民会館 大ホール

対象 市内在住で65歳以上の方

申込み 電話または直接支え合い協働推進課

問合先 支え合い協働推進課 (☎ 76-1149)

ID 45652

## 60歳からのフレイルチェック測定会

内容 フレイルチェックシステムを使って、簡単にフレイル判定を行います。さらに、「足圧バランス計」により、立ち姿勢のバランスを測定します。

日時 2/2(月) 13:30～15:30

※15分刻みで受付 (要事前予約)

場所 勤労センター 多目的ホール

対象 60歳以上の市民

定員 18人 (抽選・各枠2人)

申込み 1/15(木)までに電話または  
申込フォーム

問合先 健康生きがい推進課

(☎ 39-6568)



ホームページの「シニアの方に役立つ情報」  
も合わせてご確認ください。

ID 16059 ホームページ