

令和7年度

12・1
月号

町田市 南第1高齢者支援センター ニュースレター

ご案内

町プロ 市民向け講座

「輝く人生のために」

～近くに相談できるかかりつけはありますか～(仮)

皆さんにはかかりつけはありますか？かかりつけの役割と必要性について正しい知識を持ち、理解を深めましょう。

日程:令和8年3月28日(土)
時間:14:00～16:00
場所:町田市役所3階
3-2、3-3会議室

参加
無料

※申し込み開始前です。詳細は、右記URLよりご確認ください。

町プロ とは？

市内のご高齢の方が
住み慣れた地域で
安心して暮らし続ける
ことができるよう医療と介護を
はじめとした多職種の連携促進
を目指した取り組みです。

<https://machidapi.com>

ご案内

家族介護者教室

遺言・相続・成年後見制度

認知症や予期せぬ病気になった時、ご本人やご家族の心配や不安、負担の軽減に繋がる制度について、基礎やポイントを学び今後の備えとして知識を深めよう！



日程:令和8年1月13日(火)14:00～16:00頃

場所:つくし野コミュニティセンター 2Fホール

講師:成年後見支援センターヒルフェ 行政書士 釘田一富様

対象:認知症の家族を介護している方など

参加無料

定員:30名程(要申し込み・電話予約制) ※12/1～受付開始

ご報告

10/17 認知症サポーター 養成講座



認知症の特徴や接し方について子供達に知ってもらう機会として、「認知症サポーター養成講座」を実施しました。紙芝居や寸劇を含めた講義を行い、ロールプレイやクイズを通して参加型でも学んでいただきました!!

ご案内

オレンジみなみ風 「もしバナゲーム大会」

もしバナゲームとは・・・

もしもの時を想定したゲームで、「大事なこと」が書かれたカードを使用します。
あなたにとって大切なことは何でしょう。
何が重要なのか、なぜそれが必要なのかを一緒に考えてみませんか。

日程:令和8年1月19日(月)10:00～12:00

場所:芙蓉園会議室

参加無料

定員:10名程度(要申し込み・電話予約制)

ご案内

Dサミット2026

～ともに語り、ともに笑い、
ともに生きるまちへ～

認知症とともに生きるまちづくりを実践する人、これから関わる人、そして認知症の人や家族などが一堂に会し、まちづくりについて対話し、考える場です。

日程:令和8年2月7日(土)10:00～16:00

場所:町田市民フォーラム

参加無料

町田で暮らす多様な立場の人が”リアルな声”を伝えるトークセッションや認知症VR体験等、盛り沢山!!

ご報告

10/2自主グループ発表会

南市民センターで自主グループ発表会を開催しました。参加グループの日頃の活動成果を披露したり、新しい仲間と出会う機会となりました。参加グループを含む、地域の自主グループの活動詳細は、右記「マチナビ」をご覧ください。



町田市社会資源検索システム

🔍 マチナビ

介護予防の運動や趣味活動等を行っている団体や、高齢者のちょっとした困り事への生活支援を行っている団体など、様々な情報を検索することができます★



医師によるもの忘れ相談

物忘れの症状や認知症について、認知症専門医にご相談いただけます。ご本人、ご家族ともにご相談可能です。

【日程】毎月 第3土曜日

【時間】2枠(1枠50分) ■15:00 ■16:00

予約制

相談無料



来所または、
訪問で相談が可能です。

【ご予約・お問合せ】

南第1高齢者支援センター

臨床心理士相談

家族介護者自身のストレス軽減方法や、高齢者の方ご自身の不安や悩みを
ご相談いただけます。

【日程】対象月第3木曜日(1月・2月・3月)

【時間】2枠(1枠50分) ■14:00 ■15:00

講座・イベント情報

申の記載があるものはお申し込みが必要です。

※各講座・イベントの詳細は上記案内をご参照ください。

【申込・お問合せ】町田市南第1高齢者支援センター

12月	内容	17日(土)15時	もの忘れ相談 申
15日(月)10時	オレンジみなみ風 クリスマス会 申	19日(月)10時	オレンジみなみ風 「もしバナゲーム大会」 申
20日(土)15時	もの忘れ相談 申	21日(水)11時半	出張相談会 東急ストアつくし野店
1月	内容	2月	内容
13日(火)14時	家族介護者教室「遺言・相続・成年後見制度」 申	19日(木)14時	臨床心理士相談 申
15日(木)14時	臨床心理士相談 申	21日(土)15時	もの忘れ相談 申

多世代交流クイズ!!

多世代交流クイズとは…南第1の介護予防サポーターさん発案のクイズ。シニア世代には簡単な答えでも、お子さん世代は知らないことや、反対にお子さん世代には当たり前でもシニア世代が知らないことも…。こども世代が先生になるシニア向けクイズと、シニア世代が先生になる子供向けクイズを1問ずつ掲載していきます。

こども向けクイズ：1970年の大阪万博のアメリカ館で大人気だった、アポロ計画から持ち帰られたのは「〇〇の石」？

シニア向けクイズ：2025年の大阪万博でも注目された100%または大部分が植物由来原料の食品「〇〇〇〇ベースフード」〇に入るのは？

※答えは裏面に掲載しています。