



### まちの掲示板

守口第2地域包括支援センター  
TEL06-4393-8401  
場大日町1-11-11

#### ボランティア養成「ロバ隊長を作って認知症啓発に役」

認知症啓発用マスコットの作成  
時①11月15日(金)※毎月第3金曜日 10:00~11:00  
②11月19日(火)※毎月第3火曜日 10:00~11:00  
場①さんあい広場「きんだ」(金田小学校内)  
②庭窪CC和室2(1階)

#### 認知症サポーター養成講座

時①11月20日(水) 14:30~16:00  
②11月26日(火) 10:00~11:30  
場①さんあい広場「きんだ」(金田小学校内)  
②庭窪CC3階  
講同包括支援センター職員  
定各日先着25人  
申いずれも11月15日(金)まで

#### 介護予防教室「転倒予防体操と講座」

時①11月25日(月) 14:30~15:30  
②11月27日(水) 1回目10:30~11:30 2回目13:30~14:30  
場①庭窪CC3階  
②さんあい広場「きんだ」(金田小学校内)  
講吉川郁哉氏(理学療法士)  
定①先着30人 ②各回先着25人  
申いずれも11月18日(月)まで

#### 介護者家族交流会

認知症の家族の介護のことを話せる場所があります。  
時11月26日(火)※毎月第4火曜日 13:30~14:30  
場庭窪CC和室2(1階)

守口第3地域包括支援センター  
TEL06-6908-2808  
場八雲中町3-13-17

#### 介護者家族の会

一人で悩まないで、介護者同士でお話しませんか?  
時11月14日(木) 14:00~15:00  
場同地域包括支援センター

#### 家族予防教室「3B体操で楽しく運動しよう♪」

時11月15日(金) 13:30~15:00  
場南十番連合会館  
講堀江喜代子氏

守口第4地域包括支援センター  
TEL06-4250-7878  
場京阪本通2-5-5

#### 家族介護教室「自分で幸せを作る自己作成プラン教室」

①11月11日「介護の日」に、自分の人生を自分で作ってみませんか。  
時11月11日(月) 14:00~  
場中部エリアCC会議室1・2・3  
講美津島敬氏(主任ケアマネジャー)  
定先着50人程度 申当日まで

#### ロバ隊長「マスコット製作」(ボランティア養成)

あなたの作ったロバ隊長が、認知症サポーター養成講座に参加した小中学生にプレゼントされます。  
時11月12日(火)※奇数月第2火曜日 10:00~10:40  
場中部エリアCC会議室1・2



#### 介護者家族交流会

一人で悩まないで！交流会に参加しませんか？介護者同士が情報共有できる場所です。  
時11月13日(水)※毎月第2水曜日 13:30~14:30  
場中部エリアCC会議室

守口第5地域包括支援センター  
TEL06-6992-1180  
月~土曜日(祝日を除く)  
9:00~17:30  
場大宮通1-13-7

#### 衰えさせないあたまとからだの胸キュン体操

時11月11日(月) 14:00~  
場南部エリアCC  
講松山弘史氏(理学療法士)他  
持タオル・飲み物 申11月9日(土)まで

#### ALSOK笑福体操 笑う門には福来る!!

時11月12日(火) 14:00~  
場南部エリアCC  
講松井亮太氏(ALSOKデイサービス)  
持タオル・飲み物 申11月11日(月)まで

#### 京阪百貨店で!「一緒にやろう!フレイル予防で介護予防」

時11月19日(火) 14:00~  
場京阪百貨店(守口店)7階京阪ギャラリー  
講齋科孝佑氏(理学療法士)  
持タオル・飲み物 定先着50人  
申11月18日(月)まで

#### 体も脳も心も動かすバンブー体操

時11月20日(水) 14:00~  
場南部エリアCC  
講鈴木元氏(理学療法士)  
持タオル・飲み物 申11月19日(火)まで

守口第6地域包括支援センター  
TEL06-6997-3336  
場南寺方南通3-4-13

#### エンディングノートを活用し、終活について学びませんか?

①エンディングノートや成年後見制度についての講話  
時①11月25日(月)②11月29日(金) いずれも14:00~  
場①寺方南小学校多目的室  
②錦CC会議室  
講安山圭輔氏(社会福祉士)  
定①先着40人 ②先着30人  
持上靴・靴袋(①のみ)  
申各回当日まで可

### 11月のおはなし会

2日(土) 14:00~ 守口えほんの会  
9日(土) 14:00~ くすの木 絵本  
14日(木) 11:00~ 守口市立図書館スタッフ  
「にこにこタイム 赤ちゃんとのしむおはなし会」  
16日(土) 14:00~ 朗読ボランティアサークル こまどり  
22日(金) 11:00~ 絵本の読み手サークル わくわく  
23日(土・祝) 14:00~ 守口市立図書館スタッフ  
場おはなしのへや

### おすすめ図書

「蛸足ノート」 穂村 弘/著 中央公論新社  
歌人である穂村弘さんの独特な視点不思議で面白いエッセイ集。新聞連載されていたものを収録しているため、一つ一つが短くて読みやすいのも魅力です。タイトルの蛸足って何だろうと思った人はぜひ読んでみてください。

## 守口市立図書館

問市立図書館 TEL06-6905-3921  
問市立図書館 生涯学習フロア TEL06-6115-5475  
開館時間…9:00~21:00 場大日町2-14-10  
休館日…火曜日(祝日の場合は翌平日)

### おすすめ電子図書

「困りごと解決!家事ワザ 262」  
かおり/著 KADOKAWA  
コンテンツタイプ:電子書籍(フィックス)  
不意に付いてしまった食べ物のシミ取りや洗濯物に残る嫌なニオイの解決法などを、写真付きでわかりやすく紹介。家事の負担を減らせる収納術や、手が回らない家の中の汚れをきれいにする方法もお伝えます。手間をかけない家事の参考になる1冊です。

## イベント

### クリスマスハンドベルコンサート

「天使のハーモニー」とも呼ばれるハンドベル。クリスマスを迎えるためのアドベントに入る前日、優しく響く癒しの音色をお楽しみください。  
時11月30日(土) 17:00~17:40  
場1階交流スペース(ロビー)  
演ハンドベルチーム プラムズヒル  
曲 荒野の果てに  
トレパーク(くるみ割り人形より)  
銀河鉄道999 他  
備曲目は変更する場合があります。詳しくはホームページ情報を確認してください。  
問市立図書館 生涯学習フロア

### ロビーコンサート vol.43 ~音楽文化発展の場~

11月の出演者は、Friseです。ピアノとクラリネットのハーモニーをお楽しみください。  
時11月16日(土) 17:00~17:40  
場1階交流スペース(ロビー)  
対どなたでも  
演Frise  
曲 秋の童謡メドレー、さんぽ、いのちの歌 他  
備曲目は変更する場合があります。詳しくはホームページ情報を確認してください。  
問市立図書館 生涯学習フロア

### ペットボトルキャップ寄付のお礼

みんなの協力で集まったペットボトルキャップを「世界の子どもにワクチンを」に寄付し、今回は63.5kg、ポリオワクチン31.75人分となりました。  
引き続き、ワクチンがないために命を落とす子どもを救う支援にご協力をお願いします。  
1階正面入り口に回収ボックスを用意しています。

### もりぐち電子図書館

「電子図書館」なら、いつでもどこでも24時間利用可能! (\*メンテナンス時を除く)

■貸出点数 3点まで  
■貸出期間 2週間  
■予約点数 3点まで

注利用には「りようしゃカード」と「Webサービス」の登録が必要です。「もりぐち電子図書館」は「Webサービス」と同じパスワードでログインできます。「Webサービス」の登録はこちらから→

### スタジオ自習室

有料貸室を自習室として利用いただけます。開設日と会場は都度変更となりますので、館内掲示・図書館公式Xで確認してください。3回の利用につき1回(3時間)無料のスタンプカードを配布しています。  
時10:00~19:00(開設日当日の9:30より随時受付)  
定先着6人(指定席制)  
¥中学生:100円/3時間 高校生以上:200円/3時間  
問市立図書館 生涯学習フロア