

ちょっと気になるテーマでおしゃべりする“テーマカフェ”

8月のテーマ

高齢者の閉じこもり



「閉じこもり」とは、外出できる状態であるにも関わらず、一日のほとんどを家の中や庭先などで過ごし、**週に1回も外出しない**状態をいいます。

閉じこもり自体は病気ではありませんが、体や頭を使わないことで機能低下がはじまり、**寝たきり**や**要介護**の状態へとつながっていきます。

閉じこもりを予防するには、どうすれば良いのか？閉じこもりがちな方が、地域と繋がっていくためには？閉じこもりに関する知識や予防策を学びながら、みなさんで意見交流をします。

家族や地域の中で心当たりはありますか？

- ・ いつもパジャマ姿でテレビばかり見ている
- ・ 退職後、趣味や生きがいもなく生活にハリがない
- ・ 何かあった時に気にかけてくれる人が身近にいない

日時

8月31日(金)

10:30~12:00

会場

北千里地区公民館

吹田市古江台 4-2 D7

【講師】吹田市古江台・青山台地域包括支援センター 【対象】どなたでも

【定員】先着10名 【申込】お名前、連絡先を添えて下記まで。

※提供された個人情報は、その目的以外には利用いたしません。

お問い合わせ

ラコルタ | 吹田市立市民公益活動センター

TEL: 06-6155-3167 FAX: 06-6833-9851 MAIL: info@suita-koueki.org





北千里駅から会場へのアクセス

- ◆公民館は北千里駅からは3階、南の道路からは1階です。
- ◆1階北側は吹田市立図書館北千里分室になっています。
- ◆公民館周辺は駐車禁止です。一般駐車場をご利用ください。

会場と申込先が異なりますのでご注意ください



参加 申込み書	ふりがな			
	お名前			
ご住所				
TEL	()	—	FAX	() —
Eメール				
備考欄	※参加にあたって特別な配慮が必要な場合は、事前にご相談ください。			

※ラコルタ（吹田市立市民公益活動センター）では、サービス提供およびその向上を目的として個人情報を提供いただいております。提供された個人情報は、その目的以外の用途には利用いたしません。

お申込 & お問い合わせ先

ラコルタ | 吹田市立市民公益活動センター
NPO Activity and Support Center

〒565-0862 吹田市津雲台1-2-1 千里ニュータウンプラザ6階

• TEL 06-6155-3167 • FAX 06-6833-9851

• Eメール info@suita-koueki.org

• www.facebook.com/raccolta.suita

コルタ吹田 検索 <http://suita-koueki.org>



■開館時間/ 火曜日～土曜日
.....9:30～21:30

日曜日・祝日

.....9:30～17:30

■休館日/ 月曜日、5/3～5/5、
12/29～1/3