



市民が池田市の魅力をレポートする
“市民記者”として、地元・池田の
情報を発信します。

広報誌で池田を伝えて7年目。
外国人に日本語を教える「池田日本語
ボランティア友の会」のほか「ほそ
ごう地域コミュニティ推進協議会
(伏尾台地区)」「池田市ボランティア
連絡会」など、市内で幅広く活躍中。

取材先

あなたのための身近な相談室—NPO法人こもれば相談室

ひとりで悩んでいませんか？

誰かに話しを聞いてほし
いけど、どこに相談すれば
いいのかわからない。

そんな方のための相談窓
口として平成28年9月に
こもれば相談室がスター
トし、29年5月に特定非営
利活動法人になりました。
代表理事の松田美南子さん
にお話を伺いました。

ひとり暮らしで将来が心
配。離婚したらどうなるの
か不安。相続のことを詳し
く知りたい。介護状態にな
ったら…。在宅で看取るに
はどうすれば。遺言書は作
った方がいいの…。健康・
悩み・法律・終活などを専
門家に相談するのはやや気
後れするものです。

こもれば相談室が開いて
いる次の集まりは、楽し

く・健康的で、いつでも気
軽に参加できます。

- ① ふくまる健康体操 水曜
日午後1時～2時
- ② 歌とレクリエーション
月1回水曜日午前10時30
分～11時45分
- ③ こもればカフェ 第4水
曜日午後2時～4時
- ④ 脳トレ学校 火曜日午後
1時～2時

(場所はいつでもコミュニ
ティセンター)



この場では、この相談室
所属の行政書士・介護福祉
士・看護師に気軽に相談で
きます。また必要に応じて
弁護士を交えて相談してい
ただくこともできます。

この相談室が主催して、



できるイベントでした。

「あなたが主役！元気に暮
らせるまちづくり」が去る
11月7日に池田市民文化会
館コンベンションルームで
開かれました。歌・体操の
後、病院のかかり方や相談
室の取り組み、人生100
年時代における医療と介護
や暮らし方といったテーマ
での講演があり、参加者は
熱心に聞き入っておられま
した。また会場では血圧や
毛細血管の健康度の測定も
あり、賑わっていました。
相談室の活動の広さを実感

松田代表理事によると、
活動を市民に広く知ってい
ただく手段に現在悩みがあ
りますが、今後は安心して
暮らせるまちづくりをめざ
して、健康セミナーや相
続・後見・終
活などのラ
イフプラン
セミナーも
定期的の開
催していき
たいとのこ
とでした。

お問い合わせ

連絡先

宮本 ☎753・6518
ホームページ <https://komorebi-npo.net/>