

ふ し み 伏水

～伏見老人福祉センターだより～

10月号



発行:京都市伏見老人福祉センター

〈令和3年9月21日発行〉

〒612-8318 京都市伏見区紙子屋町 544 伏見社会福祉総合センター2階

電話:603-1285 FAX:612-2650

※6月より向島証明書発行

ホームページ:京都市伏見老人福祉センター

検索

コーナーにもあります。

スマホからご覧になれる方は
こちらから

今月の講座案内

健康はつらつ!!



～良い睡眠がとれていますか～

ミニ講座とイスに座って体操、脳トレをします。

日時:10月1日(金)午後1時30分～3時

場所:伏見社会福祉総合センター2階 第1会議室

定員:15名(先着順、代理不可)

申込み:9月24日(金)午前9時～

閉所期間中はお電話にてお申込み下さい。

スマホ安全教室

(体験型ネットトラブル対策講座)

日時:10月8日(金)

午後2時～3時

会場:伏見老人福祉センター 集会室

定員:20名(申込:9/27～先着順・代理不可)

講師:京都府警察ネット安心アドバイザー

持物:筆記用具・飲み物

① 1人1台タブレット端末を使用

② よくあるネットトラブルを疑似体験

③ 知識豊富な講師によるわかりやすい講座



『認知症サポーター養成講座』

認知症について基本的なことを学び、地域の私たちにできることを考える講座です。

日時:10月29日(金)

午後1時30分～午後3時

会場:伏見老人福祉センター 集会室

申込:10月4日(月)午前9時～

※本講座は同好会世話人および会員を対象とする研修を兼ねています。

各同好会世話人1名以上の参加をお願いします
スリッパ持参

広報紙掲載事業はすべて「健康ポイント(5ポイント)」対象です。

音楽認知症ケア講座

日時:10月30日(土)

午前10時30分～11時30分

場所:伏見老人福祉センター 集会室

持物:上靴、タオル、飲み物、動きやすい服装

定員:20名(先着順、代理不可)

申込み:10月15日(金)午前9時より

お電話か来所にてお申込み下さい。

ぬり絵講座



日時:①10月15日(金)

午前10時～12時

②10月30日(土)

午後1時30分～3時30分

場所:伏見老人福祉センター集会室

定員:各24名(先着順・代理不可)

申込:10月5日(火)9時～

持物:色鉛筆、飲み物、上靴かスリッパ

※①・②とも同じ内容です。どちらかに申込してください

折り紙講座

初めての方も楽しく季節の折り紙を始めましょう!

日時:10月21日(木)

午後1時30分～3時30分

場所:伏見社会福祉総合センター2階 第1会議室

持物:はさみ、のり、紙用ボンド、定規、筆記用具

材料費:300円(10月18日までに事務所まで)









定員:16名(先着順、代理不可)

申込:10月7日(木)午前9時～

引き続き 感染症予防対策の強化・徹底を!!

～老人福祉センター利用にあたってのお願い～

センターを利用するときだけではなく、日常的に予防に努めることが大切です。


①ご自宅で	②センター入口
<p>お出かけ前に検温・健康チェック 健康チェックリストで毎日の体調を確認しましょう</p> 	<p>検温 お名前・体温の記入 平熱より高い発熱 マスクなし、はだし(靴下なし) → センターを利用できません</p>
③センターの中で	④センター利用後
<p>正しくマスクを着用しましょう 消毒・手洗い ハンカチやタオル、スリッパを持参しましょう 定期的に空気を入れ替え換気しましょう 適宜、水分補給をしましょう。 密集・密接を避ける 距離をとり、会話は短く大声を避けて必要最小限にしましょう</p>    	<p>備品の消毒 使用した机・椅子などの消毒にご協力ください</p>  <p>手指の消毒 帰る前にも手洗い、消毒をしましょう</p>  <p>体調確認 センター利用後、体調不良となった場合はただちにセンターへ連絡しましょう</p> 
<p>職員の指示に従っていただけない場合、ご本人・他の利用者への感染を高めてしまう迷惑行為と判断し、利用をお断りします。</p> <p>感染者の発生等、緊急時にセンターから連絡できるよう、「利用者カード」の登録・更新・携帯をお願いします。郵便が届く住所と電話につながる電話番号が記入されているか、もう一度お確かめください。</p> <p>変更がある場合は事務所までお申し出ください。</p>	

台風等接近時のセンター事業実施について
～暴風警報や特別警報発令の有無がポイントです～

- 午前7時現在、京都・亀岡地域に暴風警報又は、大雨、暴風等の特別警報が発令された場合は、臨時閉所します。
- 開所時間中に暴風警報又は、特別警報が発令された場合は、ただちに事業を中止し、安全が確認され次第、帰宅していただきます。

警戒レベル	新たな避難情報等
5	 <p>災害発生又は切迫 緊急安全確保※1</p>
<警戒レベル4までに必ず避難!>	
4	 <p>災害のおそれ高い 避難指示※2</p>
3	 <p>災害のおそれあり 高齢者等避難※3</p>
2	<p>大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)</p>
1	<p>早期注意情報 (気象庁)</p>

新しい生活スタイル
健康ポイントについて



毎日の健康づくりに取り組むことでポイントが貯ります。

50ポイントたまればいつでも応募できます。

今年度の健康ポイント手帳は A5 判で使いやすく便利になりました!

ポイント手帳はセンター事務所で配布しています。

令和3年度3回目の応募締切

12月31日(金)です

