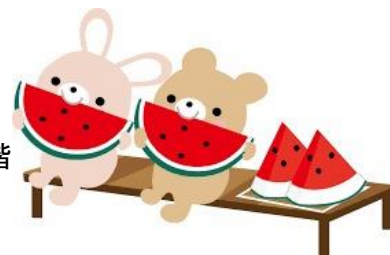


ふ し み
伏水

～伏見老人福祉センターだより～

8月号



発行：京都市伏見老人福祉センター <平成29年7月15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：603-4532
ホームページ：http://sukoyaka.hitomachi-kyoto-jp/

広報紙掲載事業はすべて「いきいきポイント（5ポイント）」対象です。

29年度のポイント手帳配布まで、京都市が発行している「お出かけ情報誌」やご自身の手帳などにポイントを控えておいてください。



今月の講座案内

・健康づくり講座・

健康はつらっ!!



～夏バテ回復のポイント～

ミニ講話とイスに座って体操、脳トレをします。
楽しいひとときを過ごしましょう。

日 時：8月25日（金）

午後1時30分～3時

場 所：伏見社会福祉総合センター2F 第1会議室

講 師：サンシャイン 文（ぶん）

対 象：市内在住の60歳以上の方

定 員：20名（先着順、代理不可）

申込み：8月10日（木）午前9時より

お電話か来所にてお申込み下さい。

・健康づくり講座・

大丈夫？大切なお薬について

薬剤師さんによるお薬の飲み方や飲むタイミング、飲み忘れをなくす方法などお話をしてもらいます。

日 時：8月29日（火）午後1時30分～3時

場 所：伏見老人福祉センター 集会室

講 師：（株）阪神調剤薬局薬剤師

対 象：市内在住の60歳以上の方

持ち物：筆記用具

定 員：30名（先着順、代理不可）

申込み：8月15日（火）午前9時より

お電話か来所にてお申込み下さい。

認知症サポーター講座

認知症への理解を深め、私たちにできることを考える講座です。同好会世話人を対象に開催します。過去に受講されていない世話人は積極的な受講をお願いします。同好会の世話人以外の方も受講を受付けます。

日 時：8月30日（水）

午前10時～11時30分

場 所：伏見老人福祉センター 集会室

対 象：市内在住60歳以上の方

教室・同好会の世話人は積極的な参加をお願いします。

申込み：お電話か来所にてお申し込みください。

・健康づくり講座・

骨と健康のお話「骨粗鬆症と骨折」

日 時：8月31日（木）

午後1時30分～2時30分

場 所：伏見社会福祉総合センター2階 第2会議室

講 師：医療法人 相馬病院

理事長（整形外科）相馬 靖 氏

対 象：市内在住の60歳以上の方

定 員：40名（先着順、代理不可）

申込み：8月17日（木）午前9時より

お電話か来所にてお申込み下さい。

布きりボランティア募集

ボランティアグループひょうたんのメンバーと一緒に、布を裁断するだけの簡単なボランティア活動をしてみませんか？

切った布は伏見デイサービスセンターで再利用します。

日時：8月4日（金）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2会議室

定員：20名程度（先着順、代理不可）

持ち物：裁ちばさみ

申込み：7月21日（金）午前9時より

お電話か来所にてお申込み下さい。



伏見社会福祉総合センター第17回

ふれあいまつり開催

日時：平成29年8月26日（土）

午前11時～午後3時（雨天決行）

今年もステージ出演や模擬店、バザーや軽食、体験コーナーなどたくさんの企画を予定しています。体験コーナーを煎茶同好会・卓球同好会の方が担当します。

※詳細はチラシ・ポスターをご覧ください。



～ 6月の事業報告 ～

9日健康はつらっ

体操、脳トレを行いました。



22日折り紙講座

織姫と彦星を折りました。



29日演歌ビクス

演歌の曲に合わせて体を動かしました。



30日健康は腸（チョー）から

栄養士さんから腸のお話を聞きました。

