

# かみぎょう 2月号



## 老人福祉センターだより

社会福祉法人 京都市社会福祉協議会

京都市上京老人福祉センター

〒602-8383 京都市上京区西今小路町797

TEL 464-4889 FAX 464-2981

<http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/kamigyou.html>

第285号 平成30年1月15日発行

2月の行事～教室・つどい以外～

お気軽にご参加ください!

平成29年度

## 市域老セン 交流発表会

## 上京老セン 交流発表会

日時：2月3日(土)  
午後0時30分～  
会場：ひと・まち交流館 京都

日時：2月24日(土)  
午前10時～午後3時30分  
会場：京都こども文化会館  
(エンゼルハウス)

上京からは「上京謡曲同好会」が  
出演されます。

当センターで活動されているみなさんの  
発表会(舞台発表・作品展)です。

みなさまのご来場をお待ちしております。

※センターは終日閉所します。

### 多世代交流事業

## 節分のつどい

成年だけど、お猿さんがやってきます!



記念撮影も  
できます



日時：2月3日(土)  
午後1時30分～3時

場所：当センター ホール  
どなたでもご来場いただけます。  
楽しいひとときを一緒に!

甲斐天園

### 一般娯楽事業

## 北野落語会



日時：2月27日(火)  
午後2時～3時  
場所：当センター ルーム  
出演：京都女子大学 落語研究会

甲斐天園



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。



介護予防事業

介護予防講座

よってや

お気軽に！

申込み

メニュー：体操・栄養講座・口腔健康について

対象：65歳以上の方

日時：2月13日（火）～毎月第2火曜日～  
午後2時～3時30分

場所：当センター ルーム

講師：京都市上京区地域介護予防推進センター職員他

費用：無料

共催：京都市上京区地域介護予防推進センター

京都市上京区地域介護予防推進センター

「ころぼん塾」

(運動器の機能向上プログラム)

～始めましょう！健康増進・介護予防～

【日程】2/6・13・20・27、3/6・13・20・27  
4/3・10・17・24 (毎週火曜日×12回)

【時間】① 午前9時30分～10時30分  
もしくは

② 午前10時45分～11時45分

【場所】元待賢小学校

【対象】上京区にお住いの65歳以上の方

【定員】10名程度

詳細は下記までお問合せ・お申し込みください。

京都市上京区地域介護予防推進センター

TEL:417-4707



# 健康教室

申込み

第1部 講話「東洋医学からみた健康管理  
～風の予防法と養生法～」

第2部 マッサージ (15分程度)

日時：2月1日（木）

午後1時30分～4時30分

場所：当センター ホール

講師：高橋聡一氏 ((公社)京都府鍼灸マッサージ師会)

定員：30名

申込：1月18日(木)から来所または電話にて  
受付 (代理不可・先着順)

持物：バスタオル1枚

費用：無料

※ 希望者は鍼体験ができます。

教養講座

第10回

## 花を愛でる会

日時：2月15日（木）

午後1時30分～2時30分

場所：当センター ルーム

講師：香風流 林美代子氏

定員：10名 (先着順)

申込：2月1日（木）より来所または電話にて受付

費用：800円(事前徴収)

持物：花ばさみ、剣山、雑巾、持帰り用袋

利用資格・利用料・開所時間・休所日

利用資格：市内在住の60歳以上の方

利用料：無料 (但し、実費負担あり)

開所時間：午前9時～午後5時

休所日：日曜・祝日・年末年始

その他：駐車場なし 駐輪場あり

本紙は、上京区役所、区内の地域包括支援センター等にも設置しています。

京都市長寿すこやかセンターのホームページからも閲覧することができます。

<http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/>