

京都市上京老人福祉センター(9月の予定)

お問合せ： 電話 464-4889 FAX 464-2981

◆ 9月の上映会 ◆



◆「団地」
2015年 日本
日時：2日(土)
午前10:30~12:15
出演：杏、左とん平

◆「いまを生きる」
1989年 アメリカ
日時：2日(土)
午後1:30~3:40
出演：ロビン・ウィリアムス、
イーサン・ホーク

◆「オール・アバウト・
マイ・マザー」
1998年 スペイン
日時：25日(月)
午前10:30~12:10
出演：セシリア・ロス
マリサ・パレデス

◆「うなぎ」
1997年 日本
日時：29日(木)
午後1:30~3:30
出演：役所広司、清水美沙

※上映作品は予告なく変更することがあります。ご了承ください。



曜日	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
日	☆ 自由参加の体操(ホール) ○ すこやか体操：月~土曜日(祝日を除く) 10:00~ ◎ ココから体操：第2・4月曜日と土曜日 ◎ ほかほか体操：第2・4 水曜日 ◎は いずれも10:30~11:30				☆ 楽しんで!脳トレ&折り紙サロン 自由参加の脳トレ、折り紙サロンです。 脳トレだけ、折り紙だけでもOK! 日時：①9月13日(水) ②9月22日(金) 脳トレ1:00~2:00 折り紙 2:30~4:00 場所：ホール 講師：二井本澄代氏、センター職員 費用：無料				1		2	
ルーム									健康運動(同) さえすり会	謡曲(同)	☆ 上映会 「団地」	☆ 上映会 「いまを 生きる」
ホール									10:00~11:30 ☆すこやか体操・サロン	2:00~4:00 ☆ 憩い	10:30~12:15 ☆すこやか体操・サロン	1:30~3:40 ☆ 憩い
日	4		5		6		7		8		9	
ルーム	大正琴教室 10:00~12:00	いきいきサロン 1:30~3:30	ミニアート(同) 10:00~12:00	☆ 民謡の集い 1:30~3:30	健康太極拳(同) エンゼル 10:30~12:00	☆ カラオケの集い 1:00~4:00	詩吟(同) 10:00~12:00	★ 花を愛でる会 1:30~2:30	俳句教室 10:00~12:00	書道(同) めぐみ会 1:00~2:45	ここに体操 (同) 10:30~12:00	童謡・唱歌(同) 撫子 12:30~2:00
ホール	☆すこやか体操・サロン ヨーガ(同) 10:30~12:00	ヨーガ(同)和みの会 1:00~2:30 ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン 健康太極拳(同) 北野白鶴 10:30~12:00	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン ☆ 憩い	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン いきいき筋トレ 10:30~11:30	★ 花を愛でる会 1:30~2:30	☆すこやか体操・サロン 気功(同) 10:30~12:00	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン ココから体操 10:30~11:30	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋
日	11		12		13		14		15		16	
ルーム	パッチワーク(同) 10:00~12:00	いきいきサロン 1:30~3:30	自由画(同) コスモス会 10:00~12:00	☆介護予防講座 よってや 2:00~3:30	連歌・連句教室 10:00~12:00	なつメロ(同) 1:30~3:30	健康太極拳北野A(同) 9:00~10:15 健康太極拳北野B(同) 12:45~2:30	大正琴(同) すみれ 12:45~2:30 大正琴(同) たんぽぽ 2:30~4:15	健康運動(同) さえすり会 10:00~11:30	謡曲(同) 2:00~4:00	☆ カラオケの集い 9:30~12:00	お茶(同) 1:00~3:00
ホール	☆すこやか体操・サロン ☆ ココから体操 10:30~11:30	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン いきいき筋トレ 10:30~11:30	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン ☆ ほかほか体操 10:30~11:30	☆ 憩い 1:00~4:00	☆すこやか体操・サロン いきいき筋トレ 10:30~11:30	★ 花を愛でる会 2:30~4:15	☆すこやか体操・サロン 気功(同) 10:30~12:00	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン ふわりすむ ゆう(同) 10:30~12:00	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋
日	18		19		20		21		22		23	
ルーム	敬老の日		ミニアート(同) 10:00~12:00	☆ 民謡の集い 1:30~3:30	俳句(同) 楽笑 10:00~12:00	さくら会 (ボランティア) 1:00~4:00	詩吟(同) 10:00~12:00	★1部 「骨と健康のお話~ 骨粗鬆症と骨折~」 2部 個別介護相談会 2:00~3:30	(歴散会)	書道(同) めぐみ会 1:00~2:45	秋分の日	
ホール			☆すこやか体操・サロン 健康太極拳(同) 北野白鶴 10:30~12:00	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン 健康太極拳(同) エンゼル 10:30~12:00	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン いきいき筋トレ 10:30~11:30	★1部 「骨と健康のお話~ 骨粗鬆症と骨折~」 2部 個別介護相談会 2:00~3:30	☆すこやか体操・サロン 気功(同) 10:30~12:00	☆ 憩い ☆ 楽しんで! 脳トレ& 折り紙サロン 1:00~4:00		
日	25		26		27		28		29		30	
ルーム	☆ 上映会 「オール・アバ ウト・マイ・ マザー」 10:30~12:10	パッチワーク(同) 1:00~3:00	自由画(同) コスモス会 10:00~12:00	☆ 上映会 「うなぎ」 1:30~3:30	連歌・連句教室 10:00~12:00	さくら会 (ボランティア) 1:00~4:00	健康太極拳北野A(同) 9:00~10:15 健康太極拳北野B(同) 10:30~12:00	大正琴(同) すみれ 12:45~2:30 大正琴(同) たんぽぽ 2:30~4:15	健康運動(同) さえすり会 (11月3日振替) 10:00~11:30	★ さくら会 小手先講座 1:30~3:30	童謡・唱歌(同) 撫子 12:30~2:00	童謡・唱歌(同) 白百合 2:30~4:00
ホール	☆すこやか体操・サロン ☆ ココから体操 10:30~11:30	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン いきいき筋トレ 10:30~11:30	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン ☆ ほかほか体操 10:30~11:30	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン いきいき筋トレ 10:30~11:30	★ さくら会 2:30~4:15	☆すこやか体操・サロン ヨーガ教室 (5月19日振替) 10:30~12:00	☆ 憩い ☆ 囲碁・将棋	☆すこやか体操・サロン	☆ 憩い

★ ○○○ は、申し込み必要
☆ ○○○ は、申し込み不要
他団体への貸し出し

※ 毎朝実施の「すこやか体操」は10時から始めます。
※ 同好会等の活動については、事務所までお尋ねください。



資源物回収は、日曜日、祝日、年末年始を除いて毎日(開所時間内)で実施しています。