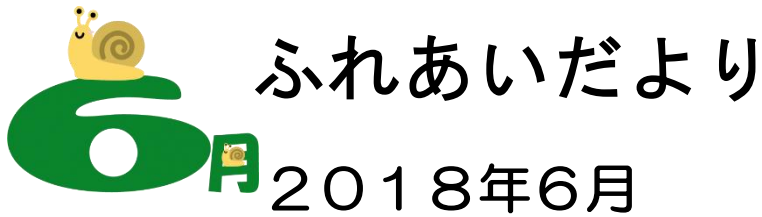
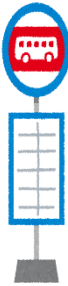


北老人福祉センター



京都市北老人福祉センター
〒603-8214
京都市北区紫野雲林院町44-1
北合同福祉センター 3階
TEL・FAX
492-8845



<バス停>
大徳寺前、又は
北大路堀川下車
徒歩5分
北図書館（2階）上
3階です

老人福祉センターのご利用について

■利用条件

京都市内在住 60歳以上の方

■利用料

無料（材料費など実費負担あり）

■センター開所時間

午前9時～午後5時

■センター休所日

日曜、祝日、年末年始

■初めてご利用の方には、各老人福祉センターの窓口で利用者カードを発行しています。

※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。自転車等で来所される場合は、決められた所定の駐輪場をご利用ください。

『京都市老人福祉センターの利用者カード』

当老人福祉センターをご利用の方には、利用者カードの登録をお願いしております。既にお持ちの方も改めて登録していただく必要がありますので、事務所へお声掛け下さい。このカードは、京都市内にある17ヶ所の老人福祉センター共通のもので、緊急時に迅速に対応するために必要となります。センターをご利用の際は必ず携帯下さいますようお願いいたします。

『すこやか健康講座』

【今日から始める健腸生活2】要申込

「食べ物すごろくゲーム」をしながら栄養素の働きを楽しくお話しいたします。

日時：7月26日（木）

午後1時30分～2時30分

場所：北老人福祉センター 娯楽室東西

講師：近畿中央ヤクルト販売(株)

戸川 真早美氏

対象：京都市在住の60歳以上の方

※筆記用具をご持参ください

定員：30名（定員になり次第締切ます）

申込：6月28日（木）～

『すこやか健康講座』

【STOP！熱中症とは】要申込

熱中症の予防と応急方法など

日時：6月28日（木）

午後1時30分～2時30分

場所：北老人福祉センター 娯楽室東西

講師：(株)大塚製薬工場

サプリメントアドバイザー 日下部 純子氏

対象：京都市在住の60歳以上の方

※筆記用具をご持参ください

定員：30名（定員になり次第締切ます）

申込：6月1日（金）～6月14日（木）

同好会世話人会のお知らせ

新年度第1回目の「世話人会」を開催します。役員の皆様、1年間同好会の運営をよろしくお願い致します。

※同好会のお世話人の方には、万障繰合せのうえご出席くださいますようお願い致します。

【日時】6月29日（金） 午後1時30分～

【会場】娯楽室東西

「骨密度測定会」測定希望者 40名 募集！

＊＊ 初めの方優先＊＊

申 込：5月10日（木）より

定員に達し次第終了

開催日時：6月11日（月）

午前10時～11時45分

会 場：北老人福祉センター/娯楽室東西

対 象：50歳以上の方

※通常の老人福祉センター利用対象は60歳以上です。この測定会は研究の一環として実施されるため50歳代の方も対象とさせていただきます。

■申込みは、初めの方を優先し先着順に来所での受けとさせていただきます。

※参加希望の方は必ず来所して申込みください。

電話での申込みは受けません。

■以前に測定を受けられていて、再度の測定を希望される方は、受けをいたしますが、上記、初めの方で定員に達した場合は、申込みをキャンセルとさせていただきます。

みんなで踊ろう盆踊り報告

4月26日（木）盆踊りのつどいを開催いたしました。踊れるかな～？と言いながら、楽しく、笑いながら身体を動かして気持ちの良い汗を流しました。

ご参加いただきました皆さんありがとうございました。

次回は5月31日（木）と6月14日（木）を予定しています。



北区地域介護予防推進センター
北老人福祉センター共催事業

KITARO 「やわらか頭教室」

「簡単な音読や計算ドリル」と「脳トレしながら体を動かす」この2つを組み合わせで行います！

*対象は65歳以上の方です。

受講期間 7月～9月（3ヶ月間）

開催日時 毎月第1・2・3・4/木曜

（祝日の場合は休みとなります。）

時 間 A：午前9時30分～10時30分

B：午前10時45分～11時45分

（A・B：各12名募集）

会 場 ホール

教材費 ドリル・テキスト代：500円

受 付 5月28日（月）～6月7日（木）

※定員を超える場合は推進センターで抽選

※定員に満たない場合は発表と同時に2次募集

※電話、FAX、郵送、代理申込みは出来ません

北区地域介護予防推進センター
北老人福祉センター共催事業

KITARO ハッスルマッスル

マットを使った柔軟体操・筋力アップ体操

開催日時 毎月第1・3 火曜日 AM

① 9：50～10：50

② 11：00～12：00

開催日時 毎月第1・3 水曜日 PM

時 間 ① 13：30～14：30

② 14：40～15：40

（祝日の場合は休みとなります。）

会 場 娯楽室東西

定 員 各28名

【受講期間】7月～9月（3ヶ月間）

受 付 5月28日（月）～6月7日（木）

※定員を超える場合は推進センターで抽選

※定員に満たない場合は発表と同時に2次募集

※電話、FAX、郵送、代理申込みは出来ません