

久世西(くぜにし)

[平成30年1月15日発行]



老人福祉センターだより 2月号

社会福祉法人京都市社会福祉協議会 久世西老人福祉センター
〒601-8213 京都市南区久世中久世町5丁目19番地の1

電話 934-5801



◎利用対象は京都市内在住の60歳以上の方です。◎講座の受講、各事業の参加は無料です。
◎開所時間は9時～17時です。時間外のご入所はご遠慮ください。◎駐車場はございません。

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



健康長寿のまち・京都

《教養講座》手芸講習会～お雛さま～

日時：2月9日(金)午後1時～
場所：小会議室
講師：宮村武子 先生
材料費：500円(ケース別売り100円)
持ち物：裁縫道具(針・糸・はさみ・目打ち)、
ボンド、ピンセット
定員：10名(先着順)
申込み：1月26日(金)午前10時より来所または電話にて受付



●実物は事務所前に展示しております●



《介護予防事業》

腸のお話と食中毒予防

日時：2月16日(金)
10時～11時30分
場所：会議室
講師：京滋ヤクルト株式会社
持ち物：筆記用具
定員：40名(先着順)
申込み：1月29日(月)午前10時より
来所または電話にて受付します。



《介護予防事業》 2月の健康講座

「噛むかむ健康術」

いきいき長寿の秘訣は噛むことにあり！
日時：2月23日(金)午前10時～11時
場所：会議室
講師：南区地域介護予防推進センター
持ち物：筆記用具
定員：30名(先着順)
申込み：1月26日(金)午前10時より
来所または電話にて受付します。



《教養講座》♪うたごえ広場♪

日時：3月6日(火)・20日(火)
午前10時30分～12時
場所：会議室
講師：田中聡美 先生
定員：35名(先着順)
教材費：楽譜のコピー代150円程度
申込み：2月6日(火)午前10時より
来所または電話にて受付します。

大掃除のご協力ありがとうございました

昨年末のセンター大掃除に、
たくさんの方々にご協力いただきました。
皆さんのおかげで、きれいなセンターで
新年をスタートすることができました。
ご協力頂きました皆さん、
ありがとうございました。



2018年度 介護予防事業 受講生募集のお知らせ

募集期間	2月1日(木)午前10時～2月22日(木)午後4時まで
受講対象	京都市内在住の60歳以上の方。医師から運動制限を受けていない方。
受講期間	2018年4月～2019年3月までの1年間
申込み方法	本人が来所の上、所定の申込み用紙に記入し、事務所に提出してください。 (注：代理や電話での申し込みは出来ません。)
結果発表	2月24日(土)午後1時から、電話または来所にてご確認ください。 事務所から通知いたしませんので、注意してください。(公開はしません。) ※定員を超える場合は、2月24日(土)午前10時より抽選を行い決定します。 ※今年度参加されていない方を優先に抽選します。
正式登録	2月24日(土)午後1時～3月10日(土)午後4時まで

講座名	曜日	受講時間	定員	介護予防事業
大人のための 頭塾①	第2・4水曜日	午前10時～11時	30名	筆記用具持参 ※大人のための頭塾①②の 重複不可
大人のための 頭塾②	第2・4水曜日	午前11時10分～12時10分	30名	
楽しく体操 火曜日	ゆっくりコース 第1・3火曜日	午後1時45分～2時40分	25名	上靴の運動靴・タオル・飲み物 7～9月はバスタオルを持参 ※他の楽しく体操とのびのびス トレッチとの重複不可
楽しく体操 火曜日	元気コース 第1・3火曜日	午後2時45分～3時40分	25名	
楽しく体操 木曜日	ゆっくりコース 第1・3木曜日	午前10時～10時55分	25名	
楽しく体操 木曜日	元気コース 第1・3木曜日	午前11時～11時55分	25名	
のびのび ストレッチ①	第1・3月曜日	午前10時～10時50分	15名	バスタオル・飲み物を持参 ※和室で寝転んだり座ったりでき る方(正座はできなくてもよい) ※のびのびストレッチ①②と楽ら く体操との重複不可
のびのび ストレッチ②	第1・3月曜日	午前11時～11時50分	15名	

※ 2018年度の【教養教室】は、開講いたしませんのでご了承ください。

ご存じですか？運転免許証の自主返納

- * 視力の衰えを感じる
- * 注意力が鈍った
- * 反射神経が衰えた
- …など運転に不安を感じる

運転に不安を感じたら、「運転免許証を返納する」という選択もあります。

自主返納については、住所地を管轄する警察署や京都駅前運転免許更新センター(平日9時～16時 075-354-0110)にお問い合わせください。

～ 2017年度成果発表会予告 ～

2017年度成果発表会は、作品展示を3月9日（金）～10日（土）14時まで、舞台発表は3月13日（火）・14日（水）・カラオケ部門3月16日（金）に開催します。

詳細は、広報紙3月号でお知らせします。

また、作品展示にて、みんなの作品コーナーを設けます。今年度、趣味で作成した作品など（未発表のものに限る）を展示しませんか。お気軽に事務所までお尋ねください。



『上靴をご持参のお願い』

スリッパは滑りやすいため、転倒事故等防止のため、センターをご利用の際は、上靴をご持参ください。

また、靴下でホールを歩かれると滑り、大変危険ですので、必ず、上靴を使用してください。

京都市内16カ所の老人福祉センターにおいては、安全面及び衛生面の観点から今年度末（平成30年3月31日）をもってお茶の提供を終了させていただきます。

老人福祉センターをご利用の際は、各自、水分補給の水筒やペットボトル等をお持ちいただきますよう、ご理解とご協力をお願いいたします。



こんな所にも“久世西老人福祉センターだより”が置いてあるよ！

- ★ 南区役所久世出張所
- ★ 久世地域包括支援センター
- ★ 久世診療所
- ★ JA京都中央 久世支店
- ★ 京都中央信用金庫 久世支店
- ★ 南区役所エコまちstation
- ★ 南・洛西・西京各老人福祉センター

2月の高齢者相談日

久世西ケアプランセンターの介護支援専門員が、介護保険や高齢者介護の相談などに応じます。

お気軽にお立ち寄りください。

日時：2月14日（水）PM3時～4時

場所：久世西老人福祉センター ロビー

久世西老人福祉センター周辺地図

対象
市内在住の60歳以上の方

開所時間
午前9時～午後5時

休所日
日曜・祝日・
年末年始（12/29～1/3）

JR向日町駅より
徒歩約10分

JR桂川駅より
徒歩約15分

市バス『中久世1丁目』より
徒歩約5分

市バス『下久世』より
徒歩約10分

駐輪場は、センター東側です。奥から順に並べて止めてください。

※ 当センターには駐車場はございません。公共の交通機関または自転、バイク、徒歩でお越しください。周辺道路への駐車は、ご近所の迷惑になりますのでおやめください。斜線の白線に駐輪は禁止です。



お車での来所はできません！