

久世西(くぜにし) 2019年 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
「いきいきポイント 第3回応募締切は2月28日です。(当日消印有効)」



《教養講座》 ♪うたごえ広場♪

唱歌や童謡などを

みんなで楽しく歌いましょう!

日時: 3月1日(金)・5日(火)
3月19日(火)・29日(金)
午前10時30分～12時

講師: 田中聡美 先生

教材費: 楽譜のコピー代160円程度
(楽譜をお持ちでない方)

定員: 48名(先着順)

申込み: 2月5日(火)

午前9時30分より

来所または電話にて受付

(好評につき3月は4回行います!)



《介護予防事業》 2月の健康講座

かしこく美味しく減塩クッキング!
～塩分カットのコツとポイント～

日時: 2月22日(金) 午前10時～11時

講師: 南区地域介護予防推進センター

持ち物: 筆記用具・水分補給用飲み物

場所: 会議室

定員: 30名(先着順)

申込み: 1月25日(金)

午前9時30分より

来所または電話にて受付



《手芸講習会》～おひなさまのブローチ～

日時: 2月15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(1つ)

持ち物: 裁縫道具・水分補給用飲み物

定員: 10名(先着順)

申込み: 2月1日(金) 午前9時30分～

来所または電話にて受付します



年末大掃除のご協力
ありがとう
ございました



《手芸講習会》～ゆびあみで作るスリッパ～

日時: 2月19日(火) 午後1時～

場所: 会議室

講師: 今中照代 先生

材料費: 500円

持ち物: 袋・水分補給用飲み物

定員: 20名(先着順)

申込み: 2月1日(金) 午前9時30分～

来所または電話にて受付します



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、本当にありがとうございました。

2019年度 介護予防事業 受講生募集のお知らせ

募集期間
受講対象

2月4日(月)午前10時～2月16日(土)午後4時まで
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。

No.	講座名	曜日	受講時間	定員	備考
1	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・飲み物持参
2	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	※大人のための頭塾①②の重複不可
3	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
4	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	7～9月はバスタオルを持参
5	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	※他の楽しく体操とのびのびストレッチとの重複不可
6	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	
7	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	※和室で寝転んだり座ったりできる方
8	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	※他の体操との重複不可

※男性のための「筋力アップ体操」は3月号にて募集します※

受講期間

2019年4月～2020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25日(月)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。)
※定員を超えた場合は事務所に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25日(月)午後1時～3月9日(土)午後4時まで

～2018年度成果発表会予告～

2018年度成果発表会は、作品展示を3月8日(金)～9日(土)14時まで、舞台発表は3月14日(木)～16日(土)に開催します。

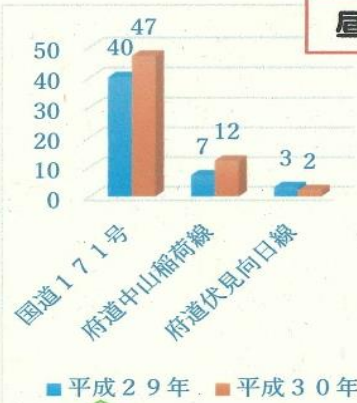
詳細は、広報紙3月号でお知らせします。
又、作品展示にて、みんなの作品コーナーを設けます。今年度、趣味で作成した作品などを展示しませんか。(未発表のもの)お気軽に事務所までお尋ねください。

《介護予防事業》 健康体操

音楽に合わせて楽しく身体を動かすメタボビクス体操です。

日時：毎月 第1水曜日
午後1時30分～2時30分
(2月は6日です。)
指導：南区健康づくりサポーター
健康チャレンジャー「みなみ～ず」
持ち物：上靴・タオル・水分補給用飲み物
申込み：来所または電話にて随時受付

平成30年中 南署管内の交通事故



昼間帯に発生の交通事故が増えました！

昨年比べて

国道171号や府道中山橋荷線での発生が増加！

久世地区で

横断歩道以外を横断中に車にはねられる交通事故が3件（昨年同期2件増加）発生しました。

道路を渡る時は、横断歩道を利用するとともに、周囲の安全確認を必ずしてから渡りましょう。

京都府南警察署 交通総務係 075-682-0110

昼間帯の路線別発生状況

新規募集！！2019年度 ヨガ同好会A-③

活動日：毎月2回 第1、第3火曜日
午前10時～11時30分

初回日：2019年4月2日（火）

講師：小野敏子 先生

持ち物：バスタオル・タオル・水分補給用飲み物

定員：20名

会費：1ヶ月500円

応募資格：京都市内在住 60才以上の方

申込み：入会希望者は2月5日（火）午後12時20分～30分（時間厳守）

利用者カード持参で

会議室に集合してください。

午後12:20～受付いたします。

応募多数の場合は午後12:30～抽選し、決定します。

老人福祉センターの団体利用規則に基づき活動します。

（当日、世話人の選出を行います。）

《介護予防事業》ヨガ短期講習会 最終回！

日時：2月5日（火）・2月19日（火）
午前10時～11時30分

講師：小野敏子 先生

持ち物：バスタオル・タオル

水分補給用飲み物

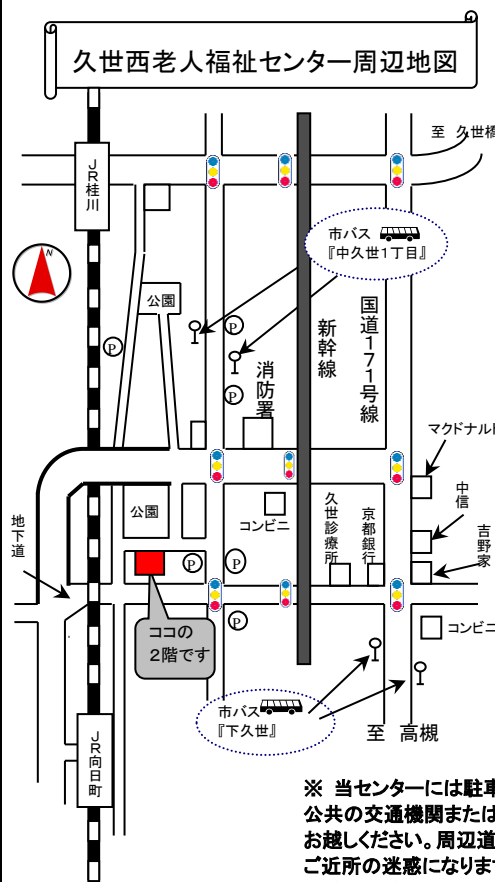
定員：15名（先着順）

申込み：1月28日（月）午前9時30分より

来所または電話にて受付



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



※ 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車、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！

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13日（水）PM3時～4時

場所：久世西老人福祉センター ロビー