



南老人福祉センター 広報紙 みなみ 5月号

- minami -

【発行元】

京都市南老人福祉センター
京都市南区吉祥院西定成町 32

☎075-671-1717/FAX075-671-3840

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



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。

同好会世話人会のお知らせ

世話人の方はお忙しいとは思いますが、ご出席くださいますようお願い致します。

1グループ

親睦卓球を楽しむ会・卓球友愛クラブ・卓球あいあい会・囲碁同好会・囲碁愛好会・将棋同好会・お花同好会・お茶同好会・習字同好会 A・習字同好会 B・編み物同好会・色えんぴつ画同好会いろいろ・色えんぴつ同好会ルビー・アートフラワー同好会・水彩画同好会・俳句同好会・ひまわり手作り小物同好会

【日時】5月29日（火）

10:00～11:00

【場所】ホール

【内容】・高齢者自主活動支援事業等について
・利用者カードについて
・その他

※世話人の方が出席できないときは、代理をたてて下さい。

2グループ

社交ダンス同好会・健康フラダンス同好会・アロハフラグループ・カラオケを楽しむ会・カラオケ微笑グループ・大正琴同好会 A・大正琴同好会 B・民謡同好会・コーラス同好会・キーボード合奏同好会・フォークダンス同好会

【日時】5月29日（火）

13:00～14:30

【場所】ホール

【内容】・高齢者自主活動支援事業等について
・利用者カードについて
・みなみ交流発表会について
・その他

※世話人の方が出席できないときは、代理をたてて下さい。

ゴキブリ退治 ホウ酸ダンゴづくり

【日時】5月14日（月）10:00～

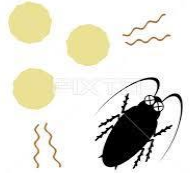
【場所】中洋間 【定員】20名（先着順）

【講師】弘田さん（地域ボランティア）他

【教材費】50円（当日徴収）

【申込】4/23（月）～

※来所か電話にて



シニアヨガ

【日時】5月1日（火）

① 9:30～10:40

② 10:50～12:00



【講師】上田 はじめ氏

【持物】ヨガマット又はバスタオル（2枚）

【定員】各時間帯15名（先着順）

【申込】4/20（金）～ ※来所か電話にて

※医師から運動制限を受けていない方。

就任のご挨拶

4月1日付で着任いたしました、東 陽子（ひがし ようこ）です。人生経験豊かな皆様と共に楽しく、明るい元気なセンターをつくっていただけるよう心掛けたいと思います。お気軽にお声かけいただきますよう、よろしく願いいたします。



健康づくり

さわやか体操

体を動かす習慣づくり、
楽しく運動しましょう

5/8 (火) 10:00~11:00
持物) スポーツタオル・上靴
協力) 南区地域介護予防推進
センター

みんなで元気体操

ラジオ体操や音楽に
合わせて体を動かしましょう

5/15 (火) 10:00~10:45
持物) 上靴
協力) 南区健康づくりサポータ
ー「みなみ〜ず」

うたごえのつどい♪

童謡・唱歌をみんなで
歌いましょう

5/10 (木) 5/24 (木)
13:30~15:00
講師) 田中 聡美氏



いきいきサッソウ体操

腰に負担のかからない、
椅子に座った運動

間違っても笑って吹き飛ばしましょう
5/25 (金) 13:30~14:30
持物) 上靴
協力) 京都テルサフィットネス
クラブ 河田 繁治氏

はつらつ脳トレ

クイズ・間違いさがし・簡単体操な
どで、頭も身体も活性化しましょう!

5/22 (火) 13:30~14:30
持物) 筆記用具
協力) 南区地域介護予防推進
センター

※健康づくりは申込不要、
自由参加です!

※体操は医師から運動制
限を受けていない方。

折り紙講座

「箱いろいろ」

【日時】5月28日(月)

10:00~

【場所】中洋間

【定員】10名

【材料費】100円(当日徴収)

【持ち物】はさみ、のり、定規、筆記用具

【申込】5/1(火)~ ※来所か電話にて



手芸講座

「ロングベストと
スカーフ」

【日時】5月19日(土)

9:30~

【講師】香村 美代子氏

【場所】中洋間

【定員】10名

【材料費】100円(当日徴収)

【申込】5/14(月)の9時30分までに

来所して下さい。定員をこえた場合は、
抽選します。なお、定員に満たない場合
は、電話・来所にて受け付けます



臨時資源物回収を実施します!

【日時】5月19日(土)

9:30~11:30まで

【場所】センター玄関前

回収品目

「てんぷら油」、「蛍光管」、「一升びん・ビールびん」、
「乾電池」、「紙パック」、「古紙類」、「雑がみ」、「古
着類」、「充電式電池」、「ボタン電池」、「使い捨てラ
イター」、「水銀体温計」、「記憶媒体類」、「インクカ
ートリッジ」、「小型家電類」、「刃物類」

※掲載品目以外は回収しません。詳しくはセンターに
あるチラシをご覧ください

【問合せ先】

南エコまちステーション ☎366-0188

報告

今年もセンターの庭の桜が満開
になりました

3月29日、
水彩画同好会
の皆さんが、
お花見で楽し
く親睦を図ら
れました。

