

中京老人福祉センター

さわやか MIBたより

5月号

〒604-8804 中京区壬生坊城町 48-3

UR 都市機構壬生坊城第二団地 4 棟 1 階

TEL・Fax 075-821-5000

平成30年4月20日発行

今月の催し

ヤクルト工場見学会 参加者募集 !!

ヤクルト三木工場・フラワーパーク・めんたいこパークをマイクロバスで周ります

実施日 **5月31日(木)** 定員 **20名**

(定員を超えた場合は抽選) ただし初参加の方を優先します。

集合 午前8時20分 中京老人福祉センター

出発 午前8時30分 午後5時頃帰所予定

費用 1800円 (食事代・お茶代)

募集期間 **5月14日(月)**午前9時より当センターにて受付開始(電話も可) **5月19日(土)**締切

* 抽選の場合は、5月22日(火)に午後1時~当センターで公開抽選会を行います。



要申込

社交ダンス同好会新規発足!

この度、新しく社交ダンスの同好会
が**5月19日(土)**より発足いたします!

毎月第3土曜日 午後1時~3時の予定です。

ブルース・ジルバ・ワルツなど初級者対象

男性9名 女性10名 を募集します。

5月1日から受付開始! 午前9時~ (電話可)

★ダンスシューズの使用は禁止させていただきます

クラフトペイント講座!

実施日: **5月29日(火)**

午前10時~12時

作品: ティッシュケース

講師: 松井 忍氏

費用 500円

定員 7名 申込 5月15日(火)午前9時~

用意するもの キッチンペーパー4~5枚



要申込

肩こりのツボ教えます

柔道整復師の先生に、肩こりに効くツボを教えてください。

日時: **5月30日(水)**

午前10時~11時

講師: 鈴木 崇之氏

定員: 20名 (先着順)

申込: 5月10日(木)午前9時~
当センターにて受付開始 (電話も可)



要申込

ちぎり絵講座

~クラジオラス~

今回は、かわいいお花のちぎり絵です

日時: **5月14日(月)**

午前9時~11時20分

講師: 角田 利子氏

費用: 300円

定員: 20名 (先着順)

申込: 5月1日(火)

午前9時~当セン

ターにて受付

(電話可)



要申込

❀ 就任のごあいさつ ❀

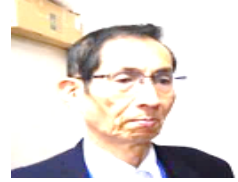
今年度 4 月 2 日から就任しました柳田と申します。私は京都市に勤めまして退職後証明発行所に世話になりました。皆さんに話れるような趣味は特にありませんが、何でも興味をもち首を突っ込みたくなる性分です。スポーツ（ゴルフなど）には興味があります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



新所長 **柳田 昌彦**

❀ 退任のごあいさつ ❀

私事ですが、この 3 月末日をもって退職となりました。在職中は大変お世話になりましたことを心よりお礼申し上げます。1 年という短い期間での退職であり正直とても寂しく心残りでもあります。ただこの 1 年は私にとって充実した 1 年でありご利用者様から少しづつでも成長させていただきましたこと



に感謝申し上げます。どこかでお会いしたら「元気かー」とお声掛けしてください。月並みではありますが皆様のご健康をなによりも願っています。ありがとうございました。 **藤井 秀雄**

↓↓ その他の団体からのお知らせ ↓↓

すこやかクラブ中京「会員増強運動」ご案内

～健康づくり・健康寿命を延ばそう・元気な姿を示そう～

60歳代若手高齢者が地域の仲間と集い身体・心の健康・趣味・文化活動・サークル活動などの紹介

◎グランドゴルフ大会・ペタンク大会・ボウリング大会・囲碁・将棋大会・社交ダンスの会・作品展出品（書道・絵画・手芸他）・・・京都市大会に出場・仲間づくり技術の向上に努めています。

◎ウォーキング・研修・奉仕・福利厚生・広報など各委員会があり、孤独・孤立・認知症予防・地域の絆繋がりある豊かなシニア生活を目指すクラブです。 ◎年会費：学区によって異なります。（200円～）

<お問合せ> すこやかクラブ京都 ☎ **075-354-8744**

★中京区在住の方は「すこやかクラブ中京」 ☎ **802-3221** 田中祐二郎まで



京都市中京区地域介護予防推進センターよりお知らせ

公園体操ボランティア募集！



地域の方の健康づくりを目的として公園などの広場を利用し、ストレッチ・筋力トレーニング・リズム体操などを実施しています。公園などの広場で体操を広めて下さるボランティアさんを募集しています！

○開催日時：平成30年6月7日～7月26日（毎週木曜日）全8回

午後1時30分～2時30分 ○定員：15～20人

○開催会場：中京区役所 4階

○持ち物：水分補給のための飲み物・筆記用具・汗拭きタオル

○申し込み：5月31日（木）までにお電話下さい。※動きやすい服装・靴でお越し下さい



※ お問い合わせ 中京区地域介護予防推進センター ☎ **801-0389**

（中京者センの公園体操の指導者にも、このボラ講座卒業の方がおられます）