

# 12月号 センターだより 洛西

平成30年11月15日発行

〒610-1146 京都市西京区大原野西境谷町2丁目14-4

電話番号075-335-0766 FAX番号075-335-0870



## 京都市洛西老人福祉センター

当センターに駐車場はありません。(公共交通機関をご利用下さい。)



### 演奏会

## ギターアンサンブルコンサート

クラシック・童謡・唱歌等親しみのある曲を演奏していただきます

【日時】12月8日(土) 午後2時～4時(開場:1時30分)

【演奏】ギターアンサンブルY.K.

【会場】集会室【定員】100名 **当日先着順**【費用】無料【申込】申込み不要  
(年齢不問)

・・・演奏曲・・・

愛の夢(作曲F.リスト)・シシリアーナ(作曲O.レスピーギ)・カノン(作曲J.パッヘルベル)・童謡メドレーなど



## 洛西老人福祉センタークリスマス会

【日時】12月17日(月) 午前10時～11時30分

1部 アコーディオンの素敵な演奏(シャンソン・歌謡曲など)

【演奏】倉田 悠生氏(アコーディオン奏者をお招きします。)

歌もみんなで歌いましょう!

2部 ゲームなど(11時～11時30分)

【会場】教養娯楽室【定員】30名【費用】無料

【申込】11月16日(金)～京都市内にお住まいで60歳以上の洛西老人福祉センター新規利用者  
12月1日(土)～定員に満たない場合はすでに当センターを利用されている方も可



はじめて来所の方歓迎  
皆様(高齢者)の健康長寿を  
目指して生きいきとした生活  
を送っていただけるよう様々  
な事業を行っています。

## 「介護保険を知ろう」

介護保険は介護が必要な方をみんなで支える制度です。



介護保険申請の流れと、要介護(要支援)認定を受けられた方が、どのような介護サービスを利用することができるか。「すこやか進行中」を参加者に配布し説明します。

【日時】12月3日(月)

午前10時～11時

【講師】境谷・沓掛包括センター職員  
(ケアマネージャー)

【会場】教養娯楽室

【定員】30名【費用】無料

【申込】11月16日(金) **電話か来所で先着順**

【持ち物】筆記用具・メモ用紙・飲み物



## センター年末大掃除

12月28日(金) 午前10時～11時



机・イス・窓等を拭きます。  
ご協力いただく方は、雑巾をご持参下さい。  
皆様のご協力をお願いします!

## 年末年始休所のお知らせ

12月29日(土)～1月3日(木)

新年は1月4日(金)より開所します。

どうぞ良いお年をお迎えください。



## Let's レクダンス

色々な曲で楽しく踊るレクリエーションダンスです。

【日時】 12月17日(月)

午後1時30分～3時



【講師】久野 ひとみ氏 【会場】集会室

【定員】40名 **来所又は電話にて先着順に受付**

【費用】無料

【申込】12月3日(月)受付開始

【持ち物】上靴(かかとの低い底のうすい靴)

タオル・飲み物・動きやすい服装

## しめ縄アレンジ

初めて参加の方大歓迎。

華やかなお飾りで正月を迎えましょう。



【日時】 12月4日(火)

午前10時～12時

【講師】館花 文香氏・大倉 美知子氏

【会場】相談室

【定員】10名 **来所のみで先着順に受付**

【費用】1,500円 **申込み時に必要**

【申込】11月19日(月)～11月30日(金)

【持ち物】お持ち帰り袋

ワイヤーが切れる程度のハサミ

(お持ちでなければ、お貸しします。)

## 洛西老人福祉センター 同好会会員募集

次の同好会が会員を募集しています。

### コーラス同好会(コーラス如月会)

12月の活動日 12/1・12/15

実施日: 第1・3土曜日 活動時間 13:30～15:30

講師: 西村 敬子氏 成宮 喜久子氏 会費: 年4000円 (講師謝礼、楽譜コピー代等)

内容: 主に叙情曲・ポピュラー曲、クラシック等の歌曲を練習、年数回の発表会を持ちます。



🎤 ほとんどがコーラス初めての人ばかりなので気兼ねなく見学に来てください。

### 民謡同好会

12月の活動日 12/7・12/21

実施日: 第1・3金曜日 活動時間 13:30～15:30

内容: 「民謡」を通じて親睦を深め、健康のためにも楽しみましょう。

会費: 上・下期 各1000円を徴収することがある。(コピー代他)

🎤 日本全国にある民謡を少しずつ歌って楽しみませんか。



## 平成31年度 同好会申請説明会 (代理の方でも可)

12月15日(土)10時～11時30分 新年度の新しい世話人の方は必ずご出席下さい。

## 平成30年度「利用者カード」の登録・更新をお忘れなく!

各催しの申込方法 (日曜・祝日は休所)

申込期間の午前9時から午後5時までに本人が  
来所、又は電話にて受付。(FAX・代理申込不可)

「くつ」のまちがいに注意しましょう!

各自でくつ袋等にに入れて自己管理していただく  
事をお勧めします。



老人福祉センターの利用対象は、京都市内にお住まいの60歳以上の方です

◎本紙は当センター、西京区役所洛西支所、

西京区役所、洛西図書館、福西会館、イズミヤ桂坂店、ラクセーヌインフォメーションに設置

◎RCV京都11チャンネルで、当月の講座・催し物の案内を放送

老人福祉センターをご利用の際は、各自、水分補給のため飲み物をご持参いただきますようお願いいたします。

# 洛西盆踊り・ぬり絵を楽しもう！をはじめます

## 洛西盆踊り 12月6日(木)スタート

毎月 第1木曜日 11:30~12:00

【会場】集会室 【定員】80名程 【費用】無料 【申込】不要  
【持ち物】上靴・飲み物(動きやすい服装)



気軽に、陽気に、楽しく踊りましょう

民謡おどり同好会の講師・会員の皆さんを中心に円になって踊ります。  
きよしのズンドコ節、炭坑節、江州音頭など馴染みの音頭を予定しています。  
のんびり体操の終了後におこないます。のんびり体操に登録されている方も自由に参加  
できます。踊りの好きな方や、お散歩の途中の方もお気軽にお立ち寄りください。  
民謡が好きな方も大歓迎！

## ぬり絵を楽しもう 12月20日(木)スタート

毎月 第3木曜日 9時~12時(自由に入退室可)  
第3金曜日 9時~12時(自由に入退室可)

上記の時間会場をご利用いただけます。作品ができ次第交代します。

☆ぬり絵の下絵を用意していますので、  
好きな下絵を選んで、作品を仕上げましょう！

☆12色の色鉛筆を用意しています。  
ご自分の色鉛筆をお持ちの方はご持参いただいても結構です。

【会場】相談室 (名前を書いて入場して下さい。)

【定員】当日先着順 限定50名

ぬり絵の終わった人から順に次の方に席を譲りましょう。

【費用】無料 【申込】不要



楽しくぬり絵をしましょう

# 第27回市民すこやかフェア 2018

平成30年11月10日(土)

秋晴れの心地よいお天気に恵まれ開催された第27回市民すこやかフェア2018。  
洛西老人福祉センターからは二つの同好会が舞台発表・作品展示に参加されました。

## 舞台発表 詩吟同好会 I ab「洛吟会」

尺八の音色をバックに詩吟  
「千曲川旅情」を吟じられた。  
すてきな唄声が響き、堂々とした姿勢  
に感動しました。  
山口講師を中心にチームワークの  
よさが伝わりました。

活動日 第1・3水曜日

午後1時～4時 (a 午後2時30分～b 午後1時～)



## 作品展示 俳句同好会

活動中に読まれた作品を  
色紙・短冊にして楽しく  
展示されました。  
当センターでも  
1月10日～1月22日に  
展示されます。

活動日 第2土曜日

午前9時30分～11時30分 只今、会員募集中です。

活動内容は講師による各人選句及び指導者の講評をしています。



## ボランティア活動 協力者随時募集中!!

ものづくり・健康チェック・園芸

- ・ボランティア活動についてご興味のある方は事務所までお問い合わせください。  
ボランティア活動で仲間づくりしましょう。

歳を重ねてきたからこそ出来ることが、きっとあるはず・・・あなたの思いを大切に

