

6月号 センターだより 洛西

平成30年5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。)



健康講座

「脳外科疾患にかかわる循環器の病気」について

【日時】6月29日(金) 午後2時～3時

【講師】窪田 靖志医師 (シミズ病院循環器内科部長)

【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

【持ち物】筆記用具(プロジェクター使用)・メモ用紙・飲み物
学びましょう!



口腔講座

誤嚥性肺炎の予防と健口体操

【日時】6月7日(木) 午後2時～2時50分

【講師】北村寿子 歯科衛生士(西京地域介護予防推進センター)

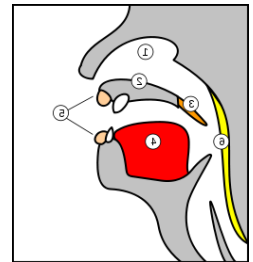
【会場】集会室(大)

【定員】50名 **来所又は電話にて先着順に受付**【費用】無料

【申込】5月16日(水)受付開始

【持ち物】筆記用具・メモ・飲み物

お口の元気体操もやってみましょう!



歌のつどい

季節に合わせた曲を歌いましょう

【日時】6月9日(土)

午後1時30分～午後2時30分

【講師】西村 敬子氏・成宮 喜久子氏

【会場】集会室

【定員】80名 **来所又は電話にて先着順に受付**

【費用】無料

【申込】6月5日(火)受付開始

【持ち物】飲み物



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】6月18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】6月4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



初夏のフラワーアレンジ

爽やかなお色目のアートフラワーやプリザーブドフラワーを使ったアレンジです。テーブルに置いたり、玄関に飾ったりしていただけます。

【日時】 6月26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】 5月21日(月)～6月16日(土)

【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。)

はじめようヨガ



【日時】 6月23日(土)

午後1時30分～3時

【講師】 小野 敏子氏 【会場】 集会室(大)

【定員】 23名 **先着順** 【費用】 無料

【申込】 6月14日(木) 受付開始

来所又は電話にて受付

【持ち物】 動きやすい服装・飲み物・バスタオル

〈新規に立ち上げる同好会〉

ヨガ同好会 入会者説明会

5月26日(土) 午後1時～1時30分
ヨガ同好会に入会希望の方はご参加下さい。

定員は会場の都合、安全性を考慮し、当日調整します。定員オーバーの場合は、待機となります。

新会員募集

洋筆同好会 気軽にご見学下さい

第2・4 火曜日

10:00～12:00

講師：瀧村 啓子氏

筆ペンで書の練習をします。講師が個別に指導します。お手本は講師が用意します。



ボランティア活動 協力者随時募集中!!

『図書活動』『ものづくり』『健康チェック』
ボランティア活動についてご興味のある方は
事務局までお問い合わせください。

平成30年度 第1回 同好会世話人会(1名か2名)

6月16日(土)10時～11時30分 **世話人の方は必ずご出席下さい。**(代理の方でも可)

平成30年度「利用者カード」の登録・更新をお願いします。

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。