

9 月号

平成29年  
8月15日発行



京都市洛西老人福祉センター

〒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  
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。)

平成29年度後期(6か月)

## 楽しく脳トレ 受講者募集!

半年間の登録制になりますので、  
申込期間中にお申込み下さい。  
これまで参加されていた方も、参加されていない方も、  
必ずお申し込みが必要です。

【期間】10月から翌年3月までの6か月間

【日時】毎月第2・4月曜

A組) 9:30~ B組) 10:40~

C組) 13:30~ D組) 14:40~

【指導】西京区地域介護予防推進センター 職員

【定員】A・B 各20名 **先着順**

C・D 各15名 **先着順**

【申込】9月5日(火)~22日(金)

※A組・B組・C組・D組のうち、  
希望する1クラスにお申込み下さい。

※詳細については、必ずチラシでご確認下さい

**来所、又は電話にて受付**



## わくわく運動講座

《道具を使って運動しましょう!》

「やさしい筋トレ」を受講されていない方対象

【期間】10月 ~ 翌年3月までの6ヶ月

【日時】毎月 第2・4木曜日  
10時~10時50分

【会場】教養娛樂室

【指導】西京区地域介護予防推進センター 職員

【定員】15名 **先着順**

【申込】8月21日(月)~9月30日(土)

**来所、又は電話にて受付**

【持ち物】上靴・タオル・飲み物  
動きやすい服装

## 健康講座

### 変形性膝関節症について

医師による講話

【日時】9月29日(金)

午後2時~3時

【講師】洛西シミズ病院

副院長 田村 竜一医師

【会場】集会室

【定員】50名 **先着順**

【費用】無料

【申込】9月2日(土)受付開始

**来所、又は電話にて受付**



## 同好会世話人の方へ ~会員名簿提出のお願い~

9月現在の「会員名簿」(氏名、フリガナ、電話番号を記載)の提出をお願いします。  
4月の名簿と変更がない場合は、その旨を、事務所へ必ず報告下さい。  
提出締切は9月末日です。お手数ですが、よろしくお願いいたします

## 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)

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才以上の方です

- ◎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

## なつメロのつどい

気軽に楽しく、思い出の名曲を歌いましょう。  
見学の方は申込み不要です。  
平成10年以前の曲限定！  
お一人2曲歌います。



【日時】9月29日(金)

午後1時～4時(申込み者は12:50集合)

【会場】教養娯楽室

【定員】20名 先着順

【費用】無料

【申込】9月8日(金)受付開始

来所、又は電話にて受付

※「カラオケ同好会会員の方」は、8日からの申込みはできません。

但し、9月25日(月)以降、申込者が定員に満たない場合は申込みができます。



## 英語落語寄席

英語わからへんし・・・でも、大丈夫です！  
ものすごく簡単な英語しか使いません。絶対笑えます！！



ABCDEFGG-

【日時】9月30日(土)

午後1時30分～3時30分

(1時開場)

【会場】集会室 【費用】無料

【申込】事務所で入場券をお渡しします。

当日参加もOKです。

【共催】笑笑亭英語落語クラブ

## ♪歌のつどい♪

気楽に楽しく歌いましょう！

【日時】9月9日(土)



午後1時30分～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

先着順【申込】8月23日(水)～

来所、又は電話にて受付《毎回申込みが必要です》

【持ち物】飲み物

## 映画のつどい

### 『海賊と呼ばれた男』

(2016年)

9月7日(木)

午後1時20分～3時45分

主演 岡田 准一

(対応できるものは字幕付きで上映します)

※都合により、上映作品が変更になる場合があります。



## 同好会作品展示スタート

篆刻	9月5日～9月15日
水彩画	9月19日～9月30日
パソコン愛好会	10月3日～10月14日
書道Ⅱ	10月17日～10月27日
洋筆	10月30日～11月10日
PCを楽しむ会	11月13日～11月24日
写真Ⅱ	11月27日～12月7日
水彩画・ハガキ絵	12月9日～12月20日
英会話	12月22日～1月11日
水墨画	1月13日～1月24日
俳句	1月26日～2月6日
写真Ⅰ	2月8日～2月20日
書道Ⅰ	2月22日～3月5日

「健康づくり」でポイントをためて応募しよう！

ポイント手帳の配布が始まりました。

事業や同好会に参加してポイントをためましょう。応募の締め切りは9月、12月、3月です。

詳しくは「健康長寿のまち・京都 いきいきポイント手帳」をご覧ください。



同好会会員の力作ぞろいです  
同好会入会をお考えの方ぜひご覧ください！

初心者対象

## 短期講座ご案内

受講申込者が5名以下の場合には開講しません

### 詩吟講座

腹式呼吸効果あります



【期間】10月～3月

【日時】毎月 第1・3火曜日  
午前10時～12時

【会場】相談室

【講師】山口 智史氏（洛心流楽朗吟詠会）

【定員】10名 **先着**

【費用】教本代1000円（節調譜面付き）  
※初回講座の際に必要

大きな声出しは、腹式呼吸の効果と声帯を刺激し、血液の循環を良くして老化を防ぎます。友達づくり 健康づくり 生きがいづくりに一歩踏み出して下さい。

初心者に限ります。修了者は同好会に入会できます。

希望者は、ぜひ一度詩吟同好会I abの活動日に見学にお越しください。

毎月 第1・3水曜日 午後1時～4時（グループの方の見学歓迎）

【申込み】8月16日（水）～9月29日（金）

来所、又は電話にて受付

### 書道講座（後期）

いろはにほへと

【期間】10月～3月

【日時】毎月 第1・3土曜日  
午前10時～12時

【会場】相談室

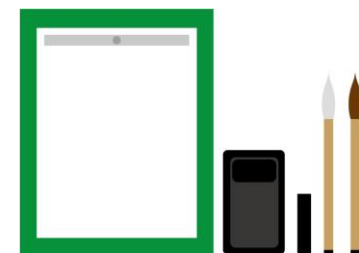
【講師】竹原 敏雄氏（文化書道）

【定員】10名 **先着順**

【費用】教本代200円 蘭亭叙  
※初回講座の際に必要

【用意して頂くもの】

習字道具（お手持ちのもので可）



かなを主体とする書を練習します

初心者に限ります。修了者は同好会に入会できます。

希望者は、ぜひ一度書道同好会I abの活動日に見学にお越しください。

毎月 第1・3月曜日 午前9時15分～12時15分

【申込み】8月16日（水）～9月29日（金）

来所、又は電話にて受付

