

左京老人福祉センターだより



10月号

第218号 [平成29年9月15日発行]

〒606-8103 京都市左京区高野西開町5

☎:722-4650 FAX:707-7445

(ホームページアドレス <http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/sakyou.html>)

29年度 敬老発表会

同好会の皆さんが日頃の成果を発表します
皆さまお誘いあわせの上、お越しください。

作品

日時：9月25日(月)午後 1:00 から
10月5日(木)午後 1:00 まで
会場：当センター 廊下
出展：編物同好会、絵手紙同好会、
自由画同好会、陶芸教室

舞台

9月29日(金)
9:30~手品同好会
10:30~養正保育所
10:45~民謡同好会
0:50~大正琴同好会
1:40~くりエ-ソノ体操同好会
2:00~英会話同好会
2:50~カラオケ同好会

9月30日(土)
10:00~社交ダンス同好会
11:00~太極拳同好会
11:25~簡単体操同好会
1:10~謡曲同好会
2:10~詩吟同好会
3:00~フラダンス同好会

※進行状況により時間が前後する場合があります。
※靴のはき間違いが予想されます、ご注意ください。

懐かし名画シアター



- 日時：10月28日(土)午後 1:30~
 - 会場：当センター ホール
 - 申込：不要 ※年齢不問 ●持ち物：上履き
- ※内容はセンターに掲示しています。

懐かし名画会



- 日時：10月31日(火)午後 1:30~
 - 会場：当センター ホール
 - 申込：不要 ※年齢不問 ●持ち物：上履き
- ※内容はセンターに掲示しています。

ご参加の皆さまありがとうございました



8/30 支え合い活動入門講座

8/23 盆踊り大会



新いきいきポイント応募
第1回締切は9/30!

応募箱設置中!

センターで
ポイントを記入して
そのまま応募箱へどうぞ!
(切手はいりません)



※老人福祉センターでの事業はすべて5ポイントの対象です



書き方も
ご説明します



申込
必要

健康講話と マッサージ体験

行事・催しご案内

ご協力をお願いします！

申込
必要

テーマ「肩こりと腰痛」のお話と、マッサージの体験ができます。



- 日時：10月28日(土)
午後1:00~3:30
- 会場：東・西座敷
- 定員：30名(先着順、定員に達し次第終了)
- 講師：京都府鍼灸マッサージ師会洛北ブロック
- 持ち物：タオル、バスタオル、日本手ぬぐい
- 申込：9/25(月)朝9:00から受付
※電話申込可能
※医師からマッサージやあんま、指圧を制限されている方は申込不可

申込
必要

骨粗しょう症とは？

始めよう!骨ケア

治療や、骨を元気にする栄養素、食品、お料理レシピや体操など・・・あなたも骨ケアを始めましょう！

- 日時：11月9日(木)
午前10:00~11:30
- 会場：当センターホール
- 定員：30名(先着順、定員に達し次第終了)
- 講師：(株)阪神調剤薬局 薬剤師・管理栄養士
- 持ち物：筆記用具、上履き
- 申込：10/2(月)朝9時から受付
※電話申込可能

申込
必要

作って楽しい!



手作り反射材講座

反射材を一緒につくりませんか?完成したら身に付けて、交通事故防止に役立てましょう!

- 日時：11月24日(金)
午後1:30~2:30
- 会場：当センターホール
- 定員：30名(先着順)
- 講師：下鴨警察署交通課警察官
- 持ち物：はさみ、かぎ針7~8号、上履き
- 申込：10/10(火)朝9:00から受付
※電話申込可能

講座申込みの注意

- ①代理者・FAXによる申し込みはできません
- ②運動講座は、医師から運動制限を受けていたり整形外科で治療中の方は申し込みできません。
- ③申込受付時間 午前9:00~午後5:00

布切りボランティア



簡単なボランティア、始めてみませんか?
切った布は、お隣のデイサービスで、ご利用者様のお世話などに活用され、大変喜ばれています!

- 日時：10月16日(月)
午前10:00~11:30
- 会場：当センター 多目的室
- 定員：15名(先着順、年齢不問)
- 持ち物：布切りばさみ(マスクは用意しています)
- 申込：受付中 ※電話申込可能



自由
参加

大人のぬり絵サロン

- 日時：10月11日(水)、16日(月)
午後1:30~3:30
注)どちらか1日に参加してください
- 会場：当センター多目的室
- 申込：不要
- 定員：20名(自由参加、満席の場合お断りする場合があります)
- 持ち物：色鉛筆やクレパス(クレヨン)、上履き
※色鉛筆の貸出し有(数に限りあり)

地域の研修会

みんなの

申込
必要

レクリエーション勉強会

レクリエーション事例紹介、体験会を行います。地域の福祉行事、ボランティア活動などでレクリエーションを実践している方、または興味のある方ならどなたでも参加可能です。

- 日時：10月18日(水)
午後1:30~3:00
- 会場：当センターホール
- 参加費：無料
- 定員：20名程度(年齢不問)
- 持ち物：筆記用具、上履き ●電話申込可

