

左京老人福祉センターだより



11月号

第219号 [平成29年10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>)

平成29年度敬老発表会



実行委員の皆さま
お疲れさまでした!



ご参加の皆さま
ありがとう
ございました!



「左京老センのうた」♪

作：レクリエーション体操同好会

1 左京老センってどんなとこ

妙法・舟形・大文字

西に高野川さらさらと

蓼倉橋の近くです

2 左京老センってどんなとこ

体操・マジック・英会話

楽しいクラブがありまして

心ワクワクはずみずみ

3 レク体同好会ってどんなとこ

リズムに合わせて1・2・3

笑顔でにこにこ集います

われら青春いつまでも



2017クリスマスコンサート

● 日時：12月9日(土)午後1:30~

● 出演：上賀茂音楽箱

● 会場：当センター ホール

次号詳しく

11月、看護学校実習生がセンターへ
実習のため、教室・同好会への参加や見学に
ご協力をよろしくお願いいたします



市民すこやかフェア2017

日時：11月25日(土)

午前9:00~午後4:00

会場：京都市勧業館みやこめっせ

舞台発表・・・大正琴同好会「花水木」
作品展示・・・自由画同好会・絵手紙同好会
どうぞ皆さまお誘いあわせの上お越しください。

申込
必要

作って楽しい!

行事・催しご案内

女性のアンチエイジング

申込
必要



手作り反射材講座

反射材を一緒につくりませんか?完成したら身につけて、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: 受付中
※電話申込可能

申込
必要

ちりめん干支色紙

来年の干支、戌年の色紙を作ります



- 日 時: 12月 8日(金)
午前10:00~11:30
- 会 場: 左京合同福祉センター3階会議室
- 定 員: 30名(先着順)
- 材料費: 700円
- 持ち物: 裁縫道具、縫い糸、スティックのり、手芸用ボンド、はさみ(布用、紙用)
- 申 込: 11/6(月)午前9時から受付
※電話申込可能
※定員に達し次第終了

申込
必要

成年後見講座

あなたのために、家族のために



成年後見制度ってどんな制度?制度を利用するメリットは?支援の内容や手続きなど、分かりやすく説明します。

- 日 時: 12月 14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)
- 持ち物: 筆記用具、上履き
- 申 込: 11/14(火)午前9時から受付
※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

お顔(表情筋)の筋トレ 体のストレッチ

お顔の筋トレでアンチエイジング!
体もしっかり伸ばします

- 日 時: 12月 2日~3月 17日
第1・3土曜日(全8回)
午前9:30~11:00
- 会 場: 当センター 東・西座敷
- 定 員: 20名(先着順、定員に達し次第終了)
- 持ち物: タオル、ノート、筆記用具
- 申 込: 11/2(木)午前9時から受付
※女性優先です、男性はご遠慮ください。
※「太極拳教室」「ヨガ教室」「やさしい・たのしい筋トレ A・B」「男性運動広場」「ウォーキング」参加者は申込みできません。
※電話申込可能

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: 11月 15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



大人のぬり絵サロン

自由
参加

- 日 時: 11月 8日(水)、20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(数に限りがありますので、複数人で使っていただきます)



健康長寿のまち・京都

センターだより掲載事業は
すべて5ポイント対象事業です