

青空がより

8月号

平成30年7月17日発行
 京都市下京老人福祉センター
 下京区花屋町通室町西入乾町292
 下京総合福祉センター 2階
 TEL(075)341・1730
 FAX(075)341・3937



教養講座ののご案内

講座① 手芸講座

『ポシェット』

【日時】8月25日(土)
 午前10時～11時30分

【会場】和室小 【定員】10名

【講師】香村 美代子氏

【材料】200円

【申込】8月18日(土) 午前9時30分受付。

定員を超える場合はその場で抽選。

※本講座は、1時間30分の講座です。

途中退席はできませんのでご注意ください。

講座② 編物講座

『夏の帽子』

【日時】8月8日・22日

第2・4水曜日

午後1時30分～3時

【会場】和室小 【定員】10名

【講師】志方 紋子氏

【材料】各自で毛糸をご持参ください。

【申込】8月1日(水) 午前9時30分受付。

定員を超える場合はその場で抽選。



講座③ 折り紙のつどい

『フラワーボックス』

【日時】8月1日(水)

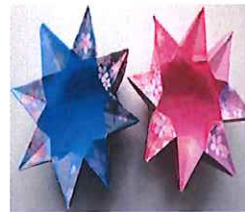
午前10時～11時30分

【会場】和室大

【定員】20名

【申込】7月25日(水) 午前9時30分受付。

定員を超える場合はその場で抽選。



講座④ パソコン講座 (初級)

名簿作りとエクセルの楽しい利用法(会計報告もできる)を学びます。

【日時】9月4日・18日

10月2日・16日

11月6日・20日

午後1時30分～3時30分

※6回シリーズ

【会場】3階 会議室大

【定員】15名

【参加費】3500円(テキスト・材料代)

【申込】8月28日(火) 午前9時30分受付。

定員を超える場合はその場で抽選。

講座⑤ 『スマホ体験講座』

『スマートフォンを活用して楽しく、豊かな老後を!』

【日時】8月30日(木) 午前10時～午後3時

※正午～1時は休憩時間

【会場】集会室

【定員】15名

【講師】NPO法人 花パソ

【持物】筆記用具・スマートフォン

※無くても参加可、貸出用スマホ有

テキスト等は講師にて用意

【申込】8月10日(金) 午前9時30分受付。

定員を超える場合はその場で抽選。

※他のセンターで同講座に参加された方は、対象外。



介護予防講座ののご案内

講座① 『ボール体操講座』

大きなエクササイズボールを使った運動を行い、バランスを養い、体幹を鍛えます。

【日時】8月3日(金)

① 午後1時30分～2時30分

② 午後2時40分～3時40分

【会場】集会室

【定員】各15名

【持物】上靴・動きやすい服装・飲み物

【申込】7月25日(水) 午前9時30分受付。

定員を超える場合はその場で抽選。



講座② 『脳いきいき健康クラブ』

【日時】

① 『脳トレ』

8月10日(金)

午後1時30分～2時30分

② 『笑いあり簡単トレーニング』

8月24日(金)

午後1時30分～3時

【会場】 集会室

【持物】 上靴・動きやすい服装・飲み物

【申込】 事前申込不要。

※直接会場へお越し下さい。



講座③ 『ボクシング体操講座』

ボクシングの簡単な動きを取り入れた有酸素運動です。

【日時】 8月25日(土)

午前10時～11時30分

【会場】 集会室

【定員】 30名

【持物】 上靴・動きやすい服装・飲み物

【申込】 8月18日(土)午前9時30分受付。

定員を超える場合はその場で抽選。



講座④ 『認知症あんしんセミナー』

～認知症あんしんサポーター講座～

認知症を正しく理解し、地域やサークルで出会った認知症の人や家族を温かく見守りましょう。

【日時】 8月29日(水)

午後1時30分～2時30分

【会場】 集会室 【定員】 50名

【申込】 8月8日(水)

午前9時30分から先着順で受付します。

※本講座は、各同好会の世話人及び会員を、対象とする研修を兼ねています。

各種講座の事前申込は、電話・代理ではできません。

下京区地域支え合い活動入門講座

ご自身の力を「支え合い」に活かしたい方、これから高齢者向けのボランティアを始めてみたい方など、地域の支え合いとして活躍いただける方の受講をお待ちしています。

【日時】 8月20日(月)

午後1時30分～3時30分

【会場】 集会室

【定員】 30名

【申込】 先着順。(定員になり次第締め切り)

※電話・郵便・FAXのいずれかの方法でお申込み下さい。詳細はチラシをご覧ください。

【申込先】 下京区社会福祉協議会 3階

下京区地域支え合い活動創出コーディネーター

ひだまりサロン

「家の片付け、いつやろうかな・・・」
今月は、『生前整理・遺品整理について』のお話を聞きます。

【日時】 8月10日(金)

午後2時30分～3時30分

【会場】 集会室

【講師】 園行政書士事務所
行政書士 園 久典氏

【申込】 事前申込不要。

※直接会場へお越し下さい。

★ サマーコンサート ★

サマーコンサートを開催します。
「今回は、サクソ演奏です。」

日時：8月22日(水)

午後1時30分～2時30分

会場：集会室

演奏者：Cerisier Saxophone Quartet

申込：事前申込不要

みなさん、ぜひお越し下さい。

