

青空がより

5月号

平成30年4月16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 折り紙のつどい

『リユックサク』

【日時】5月2日(水)

午前10時〜11時30分

【会場】和室大

【定員】20名

【材料】各自折紙を持参ください。

【申込】4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 編物講座

『ストール』

【日時】5月9日・23日(水)

午後1時30分〜3時

【会場】和室小

【講師】志方 紋子氏

【定員】10名

【申込】5月2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 手芸講座

『ロングベスト・ストール』

【日時】5月12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】100円

【申込】5月1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。

※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。



介護予防講座のご案内

講座① 『楽笑エクササイズ講座』

【日時】5月8日・22日(火)午前10時〜11時

【会場】和室

【持物】動きやすい服装・飲み物・タオル

【申込】事前申込不要。

※直接会場へお越し下さい。



講座② 『脳いきいき健康クラブ』

【日時】

① 『脳トレ』

5月11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』

5月25日(金)午後1時30分〜3時

【会場】集会室

【持物】①筆記用具・飲み物

②上靴・動きやすい服装

【申込】事前申込不要。

※直接会場へお越し下さい。



講座③ 『笑いヨガ講座』

【日時】5月9日(水)午後1時30分〜2時30分

【会場】集会室

【講師】上田 弘子氏

【持物】動きやすい服装・上靴・タオル・飲み物

【申込】事前申込不要。

※直接会場へお越し下さい。



講座④ 『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】5月26日(土)午前10時〜11時30分

【会場】集会室 【定員】30名

【持物】動きやすい服装・上靴・飲み物

【申込】5月19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。

各種講座の事前申込は、電話・代理ではできません。

いろいろ取組みました！
最近の報告！

スプリングコンサート
(オペラ)の様子



たくさんの方に
来ていただき盛り
上がりました。

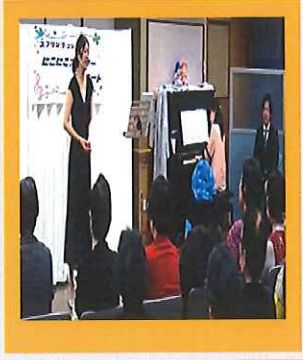


カラオケ合同発表会



大正琴同好会発表会

大正琴同好会の発表会



春の全国交通安全運動

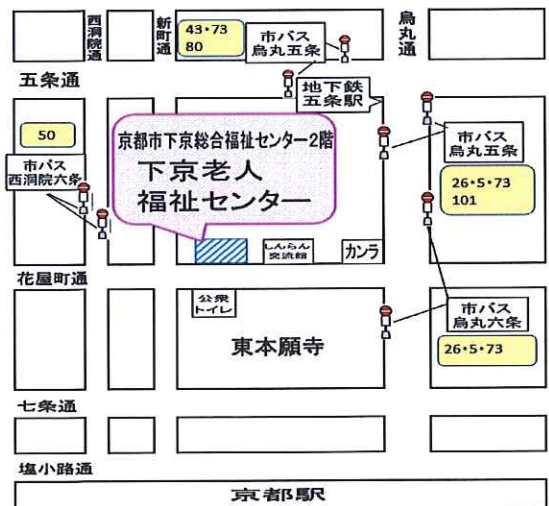
4月6日(金)『下京AAA(トリプルA)プロジェクト』とオール下京区で交通安全！が開催されました。下京者センからは、キラリダーの4名が下京警察署長からトリプルAとして委嘱を受けられました。その後、通行中の方に交通安全を呼びかける活動をされました。



舞踊同好会発表会のご案内
【日時】5月11日(金)午前10時
【会場】和室
たくさんの方のご来場をお待ちしております。



<センター周辺地図>



最寄りの交通機関
市バス「烏丸六条」「西洞院六条」
地下鉄「五条駅」

◇当センターには駐車場がないため、お車での来所はできません。お越しの際は、公共交通機関、自転車・バイクをご利用下さい。

利用対象 市内在住60歳以上の方
開所時間 午前9時～午後5時
休所日 日曜・祝日・年末年始
(12月29日～1月3日)

高齢者の皆様に健康でいきいきと生活を送っていただけるよう、様々な事業を実施しています。
お気軽にお問合せください。

