

青空がたり

11月号

平成29年10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 編物講座

『干支 戌』

【日時】 11月8日・22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

【材料】 各自毛糸をご持参ください。
※今回は、棒針で編みます。

【申込】 11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② 手芸講座

『クリスマス用のキーホルダー』

【日時】 11月11日(土)
午前10時～11時30分

【会場】 和室小

【定員】 10名

【材料】 5200円(3点)

【講師】 香村美代子氏

【申込】 11月4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③ 折り紙のつどい

『折り紙 根付』

【日時】 11月4日(土)
午前10時～11時30分

【会場】 和室大 定員 20名

【材料】 1500円

【申込】 10月26日(木) 午前9時30分受付。
定員を超える場合はその場で抽選。



介護予防講座ののご案内

講座① 『脳いきいき健康クラブ』

① 『脳トレ』

【日時】 11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』

【日時】 11月24日(金)
午後1時30分～3時

【会場】 集会室

【持物】 ①筆記用具
②動きやすい服装・飲み物・タオル

【申込】 事前申込不要

※当日、直接センターにお越し下さい。



講座② 『ボクシング体操講座』

【日時】 11月25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・飲み物・タオル

【申込】 11月18日(土)

※直接会場へお越し下さい

講座③ 『楽笑エクササイズ講座』

【日時】 11月14日・28日 第2・4火曜日
午前10時～11時

【会場】 集会室

【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。



ひだまりサロンのご案内

『転倒予防体操』

転ばない強い足腰をつくるお話と体操をします。

【日時】 11月10日(金) 午後2時30分～3時30分

【会場】 集会室

【講師】 山本 氏(下京区介護予防推進センター)

【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。



中京老センとの共同事業のご案内

『歴史探訪』

中京老人福祉センターのみなさんと一緒に歴史探訪に出かけませんか。

【日時】11月27日(月)

①午前10時～11時30分 【定員】10名

②午後1時～ 歴史探訪

【会場】①「座学」下京老人福祉センター

②「散策」下京老セン界隈

※下京老人福祉センターで昼食を食べます。

【講師】永田 信一氏(京都市考古資料館元館長)

【申込】11月13日(月)午前9時30分受付。

定員を超える場合はその場で抽選。

※電話・代理の受付はできません。

『交通安全キラリリーダー委嘱式』

3月から下京警察と連携し、夜間で一番目立つ服装をし、夜間の交通事故防止の工夫をしている5名の皆様が「月間キラリ賞」に選ばれました。この5名の皆様が9月27日(水)に下京警察署長から「交通安全キラリリーダー」として委嘱を受けました。この日、キラリリーダーとして初めてのお仕事「交通安全ファッションショー」に参加され、交通安全啓発の一翼を担われました。



委嘱式の様子



交通安全ファッションショー

いろいろな取り組みました！

青空まつり 作品展示会

9月29日(金)・30日(土)『作品展示会』を開催いたしました。各運営委員を始め、ご協力いただいた多くの皆様、本当にありがとうございます。今年の作品展示会では、茶道同好会による「お茶席」・下京警察による「クイックアーム」・切り絵同好会による「切り絵体験」・自由参加の「大人の塗り絵」・大谷保育園園児さんの絵の展示を実施しました。大好評でたくさんの方に参加いただけました。

下京警察による『クイックアーム』



お茶席



卓球青空同好会「卓球大会」



切り絵体験

笑いヨガ講座の様子



大人の塗り絵



笑いヨガ講座

笑いヨガは誰でもできる健康法です。ア～ッ・ハッハッハッ！と笑って、心も身体も元気に！

日時：11月30日(木)

午後1時30分～2時30分

会場：集会室

講師：上田 弘子氏(看護師)

申込：事前申込不要

※直接会場へお越しください。



♪オータムコンサート♪

秋のコンサートを開催いたします。ぜひ、みなさんお越しください。

日時：11月29日(水)

午後1時30分～2時30分

会場：集会室

演奏：オカリナの演奏

「オカリナ」の素朴で優しい音色をお楽しみください。

