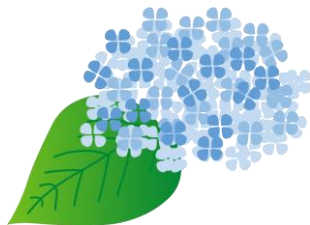


# 鳴滝だより 6月号

平成29年5月15日発行 第75号



右京老人福祉センター

〒616-8254

京都市右京区鳴滝宅間町14-2

電話・FAX 464-2789

## 『笑いヨガ』のお知らせ

心と体に楽しい笑いヨガに参加しませんか？

日時：**6月12日(月)**

**午後2時～3時**

場所：右京老人福祉センター

指導：**美濃 佳奈子氏**

対象：京都市在住の60歳以上の方で  
医師から運動制限を受けていない方

※動きやすい服装で飲物（水分補給用）など  
お持ちください。

定員：20名 定員になり次第締め切ります。

申込：5月24日（水）～ 当センターへ  
来所又は電話でお申込みください。



## 『□□モ体操教室』のお知らせ

申込不要・自由参加

毎月 **第3水曜日**

**午前10時～11時**

**今月(6月)は、21日(水)です。**

場所：右京老人福祉センター

指導：(株)ビバ専門インストラクター

対象：京都市在住の60歳以上の方で  
医師から運動制限を受けていない方

※動きやすい服装で飲物（水分補給用）・  
タオルなどお持ちください。



## 洛ラク！健康講座のお知らせ

### 『骨と健康のお話』

こつしょうしょう  
～骨粗鬆症と骨折～

日時：**6月29日(木)**

**午後2時～午後3時**

場所：右京老人福祉センター

講師：医療法人 相馬病院  
理事長（整形外科）

**相馬 靖氏**

対象：京都市内在住60才以上の方

定員：30名 定員になり次第締め切ります

申込：6月10日（土）～ 当センターへ  
来所または、お電話にてお申込みください



## 介護予防講座のお知らせ

### 『高齢期にといたい食事について』

日時：**6月23日(金)**

**午後1時30分～午後2時30分**

場所：右京老人福祉センター

自由にご参加ください

講師：右京区地域介護予防推進センター  
管理栄養士

**加藤 大輔氏**

主催：右京区地域介護予防推進センター



健康長寿のまち・京都

広報紙掲載事業はすべて「いきいきポイント（5ポイント）」対象です

## 世話人会のお知らせ

日時：**6月5日(月)**

**午後1時～2時**

場所：右京老人福祉センター



- 議題
- ・平成29年度「成果発表会」について
  - ・老人福祉センター運営要領等について
  - ・その他

各教室・同好会の世話人の方は、ご出席  
くださいますようお願い致します。

## 老人福祉センターについて



### ☆利用条件

京都市在住の60歳以上の方

### ☆利用料 無料

(但し、教材費など実費負担あり)

### ☆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)

## 宇多野学区すこやか学級 〈健康教室〉のお知らせ

■開催日：**6月9日(金)**

**6月28日(水)**



■開催時間：午後1時30分～3時頃

■開催場所：右京老人福祉センター

■参加対象：60歳以上で宇多野学区内に在住の人  
医師から運動制限を受けていない人

主催・宇多野社会福祉協議会

右京老人福祉センターは、アットホームな雰囲気  
のセンターです。どうぞ気軽にお越しください。初め  
てご利用の方は、登録の手続きをしますので事務所  
へお申し出ください。**利用者カード**を発行します。



- 当センターへは、お車での来所はできません。
- 公共の交通機関または自転車・バイク・徒歩で  
お越しください。
- また周辺道路への駐車は、ご近所の迷惑になり  
ますので絶対やめてください。

## 映画のつどい

### ① 『湯を沸かすほどの熱い愛』

出演：宮沢りえ、杉咲花 他 (125分)

【日時】**6月19日(月)**  
**午後12時50分～**

### ② 『破門 ふたりのヤクビョーガミ』

出演：佐々木蔵之介、横山裕 他 (120分)

【日時】**6月26日(月)**  
**午後12時50分～**

会場：右京老人福祉センター

無料です。どなたでも自由にご参加ください。  
尚、予告なく上映作品を変更する場合があります

## ロコモ体操教室を実施しました！(4/19)



4月から  
毎月開催！

要介護・寝たきり  
予防に、いまから  
対策を！

初回のこの日は、たくさんの方が参加され  
ました。毎回少しずつ内容を変えて、実施  
していきますので興味のある方は、是非ご  
参加ください。

