

鳴滝だより

平成30年 8月号

平成30年7月15日発行 第89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

『ヤクルト健康講座』のお知らせ

【油断大敵！食中毒！】**要申込**

日時：8月6日(月)

午後1時30分～同2時30分

場所：右京老人福祉センター

講師：近畿中央ヤクルト販売(株)

戸川 真早美 氏



対象：京都市在住の60歳以上の方

定員：30名 定員になり次第締め切ります。

申込：7月23日(月)～当センターへ
来所又は電話でお申込みください。

『ココモ体操教室』のお知らせ

申込不要・自由参加

毎月 第3水曜日

午前10時～同11時

日時：8月15日(水)

場所：右京老人福祉センター

指導：(株)ピ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。



『骨密度測定会』のお知らせ

日時：9月10日(月)

午後1時30分～同3時30分

場所：右京老人福祉センター

要申込

対象：京都市在住の50歳以上の方

定員：40名 定員になり次第締め切ります。

内容：アンケート、超音波骨密度測定、
身長、体重、結果の見方

申込：7月20日(金)～9月3日(月)

○来所にて受付。受付後整理券をお渡します。

○今年度、他の老人福祉センターで受講された方は、受付できません。

○素足で測定しますので、脱ぎ履きしやすい靴下でご参加ください。

○ペースメーカーを使用されている方は、体重測定はできません。

○多くの方に測定いただくために栄養相談は、いたしません。

共催：京都女子大学栄養クリニック



～認知症を学び地域で支える～

『認知症あんしんサポーター講座』のお知らせ

日時：9月3日(月)

要申込

午後2時～同3時

場所：右京老人福祉センター

費用：無料

対象：京都市内在住の方

講師：花園地域包括支援センターから講師派遣

定員：30名 定員になり次第締め切ります。

申込：8月6日(月)～8月27日(月)

来所またはお電話にて受け付けます。

○受講された方には、サポーターの証である
オレンジリングが渡されます。

○同好会の世話人の方は、積極的な受講を
お願いします。



『介護予防講座』のお知らせ

認知症予防運動講座

要申込



【コグニサイズを体験しよう!】

日時：8月24日(金)

午後1時30分～同2時30分

講師：右京区地域介護予防推進センター
作業療法士 堀 智子氏

申込：事前に電話で申し込んでください。
右京区地域介護予防推進センター
電話 864-1084 担当：加藤迄

宇多野学区すこやか学級事業

『健康教室』のお知らせ



■開催日：8月10日(金)
8月22日(水)

■開催時間：午後1時30分～同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

新しい『いきいきポイント手帳』 が配布されました!



老人福祉センターの事業に参加して『いきいきポイント』を貯めましょう!

健康づくりで50ポイントためて、プレゼント抽選に応募しましょう!

いきいきアプリからも応募できます!

詳しくは手帳をご確認ください。



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

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)



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
しますので事務所までお越しください。

利用者カードを発行します。

市バス⑧系統
又はJRバス
で「三宝寺」
バス停下車

右京老人
福祉センター

至
高雄

R162

三宝寺

至
福王子

センターまでのご案内

- 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。
- 周辺道路への駐車は、ご近所の迷惑になりますので絶対にやめてください。

『卓球交流会』

日時：8月20日(月)

午後1時30分～同3時

場所：右京老人福祉センター

卓球のつどいメンバーと、うたの・ひこばえ児童館の子どもたちが「卓球」で多世代交流をします。



