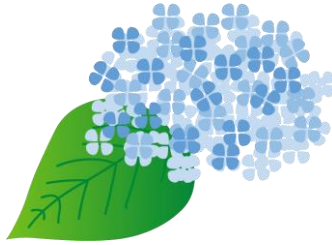


鳴滝だより

平成30年 6月号

平成30年5月15日発行 第87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

日時：6月 4日(月)

要申込

午後2時～同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16日(水)～ 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：6月20日(水)

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。



『みんなで歌おう♪ 童謡・唱歌』のお知らせ

日時：6月18日(月) 申込不要・自由参加

午後2時～同3時30分

場所：右京老人福祉センター

童謡・唱歌同好会講師

指導： 山口 陽子先生



子どもの頃の懐かしい風景を思い浮かべ
ながら、童謡や唱歌をみんなで一緒に楽
しく歌いましょう♪

山口先生の楽しく愉快なお話もお楽しみに♪

対象：京都市在住の60歳以上の方。

『世話人会』のお知らせ

日時：6月11日(月)

午後1時～同2時

場所：右京老人福祉センター

議題
・平成30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

各同好会の世話人の方は、出席をお願いします。
(世話人の方が欠席される場合は、代
理の方が出席して下さい。)



『忘れ物』にご注意ください

衣類や水筒などの忘れ物は、事務所前の忘
れ物ボックスに保管していますのでご確認
ください。なお、飲みかけのペットボトル
は、衛生上廃棄させていただきます。

『介護予防講座』のお知らせ

栄養講座② **申込不要・自由参加**



【アルコールとの上手な付き合い方】

日時：6月22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
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

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事業

『健康教室』のお知らせ

■開催日 :6月 8日(金)

:6月27日(水)



■開催時間：午後1時30分～同3時頃

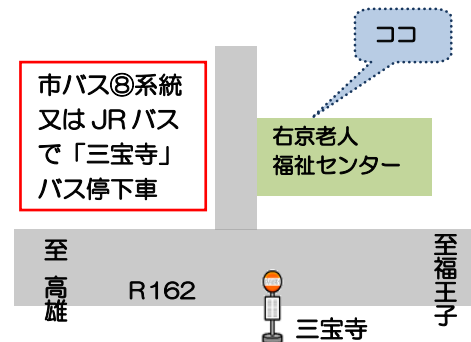
■開催場所：右京老人福祉センター

■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

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。



センターまでの案内

- 当センターへは、お車でのお来所はできません。
- 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。

オー O157を予防しましょう

腸管出血性大腸菌

食中毒の主な原因である細菌は、湿気が多くな
る梅雨から夏にかけて増殖が活発になります。

特に食肉に付着しやすいO157や
O111による食中毒が目立ちます。

食中毒の症状は主に腹痛や下痢、
吐き気や嘔吐などですが、食中毒と
気づかず重症になったり、命を落とすケースも
あります。



O157などの感染を防ぐには？

- 食品は中心部まで十分加熱してください。
- 帰宅した時、食事の前、トイレの後、調理の前
には、石ケンで手をよく洗ってください。

『いきいきポイント』について

30年度のポイント手帳配布まで、今しばらく
おまちください。

新しい手帳が配布されるまで29年度のポ
イント手帳(6月まで記録・記入欄あります)
やご自身の手帳などにポイントを控えてお
いてください。



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。

