

鳴滝だより 12月号

平成30年11月15日発行 第93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

『盆おどりのつどい』のお知らせ

毎月 第1月曜日

申込不要・自由参加

午後1時30分～同3時

日時：12月3日(月)



場所：右京老人福祉センター

指導：右京区老連 踊りの会

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

『右老連音頭』を中心にその他炭坑節など
みんなで輪になって楽しく踊りませんか？

※踊りやすい服装で飲物（水分補給用）・
タオルなどお持ちください。

『□□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：12月19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。

『普通救命講習』のお知らせ

日時：12月17日(月)

午後1時～同4時

会場：右京老人福祉センター



内容：応急手当の重要性のお話から基本的な
心肺蘇生法、AEDの使用法など3時間の
講習です。

定員：20名 定員になり次第終了します。

申込用紙に記入して事務所までお持ちください。
(申込用紙は事務所にあります。)

前回講習を受けた方は、申込時に修了証(カード)
を持参してください。

※講習後、修了証をお渡しします。前回講習を受け
た方、世話人の方はできる限りご参加ください。

※当日も空枠があれば受け付けます。
但し修了証(カード)は、後日発行になります。

『介護予防講座』のお知らせ

栄養講座

要申込

【糖尿病のお食事について②】

日時：12月28日(金)

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：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

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

センター内忘れ物品について

持ち主が見つからなかったものは、
年末にすべて処分させていただきますので
ご了承ください。
今一度ご自分の物がないか忘れ物
ボックスの中をご確認ください。



11/10(土)『市民すこやかフェア 2018』
が岡崎のみやこめっせで開催されました。



当センターからは、作品展示で書道同好会と絵画同好会の皆さんが出展されました。

数々の素晴らしい作品の出展、また作品の搬入・搬出にご協力してくださった方々本当にありがとうございました。



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: 12月14日(金)
- 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

10/29(月)『スマホ体験講座』を実施しました。



【花パソ】から講師とサポーターさんにお越しいただきました。初めは全く分からない方もいましたが、講師とサポーターさんが個々に丁寧に教えてくださると、皆さん徐々に操作の仕方も慣れてきて、終始和やかで笑いのある楽しい講座となりました。



スマホは「難しい、分からない」と思っている方もコツを知れば、容易に操作できる便利な道具となります。

今回の講座に参加された方々にとって、これからの生活に少しでもスマホが役に立てば幸いです。

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あるセンターです。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、お車でのご来所はできません。
- 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。

センター年末の大掃除について

各同好会つどいの方々は、今年の最終活動日に各自で掃除・整理整頓をお願いします。センターには、不用品・私物などは置かず、すべて持ち帰るか処分してください。よろしくお願いします。



今年も一年間ありがとうございました

良いお年を
お迎え下さい



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。

