

右京中央老人福祉センター
うすまさだより十二月号

平成三十年十一月十五日発行

京都市右京区
太秦森ヶ前町
22-3
TEL
865-8425
FAX
865-8569



多世代交流

『盆踊りのつどい』

十二月〜毎月一回、センターのホールで
盆踊りのつどいを開催します。

協力団体：右京区老人クラブ連合会「踊りの会」



『ロコモ体操②』

【日時】十二月十二日(水)

午前十時〜十一時

【講師】(株)ビバ

健康運動指導士 松井 孝介氏

【定員】五十名

【対象】市内在住の六十歳以上の方

【費用】無料

【持ち物】タオル、飲み物、上靴

【申込】十一月二十日(火)〜

十一月三十日(金)

※椅子に座って行う運動です。

※医師から運動の制限をうけていない方

※ご本人が来所の上お申し込み下さい。

※定員超過の場合は抽選します。

抽選結果は、十二月三日(月)



『自分でできるマッサージ』

◎毎回好評の、座ってできるストレス解消
法！インド式頭ケア等を教えて頂きます。
この機会にぜひお申込みください。

【日時】十二月二十七日(木)

午前十時〜十一時

【講師】富樫 朋美先生(ヨガインストラクター)

【場所】センター会議室

【定員】五十名

【費用】無料

【申込】十二月三日(月)〜

十二月十五日(土)

※ご本人が来所の上、お申込み下さい。

※定員超過の場合は抽選します。

抽選結果は、十二月十七日(月)



広報誌掲載事業は、すべて
いきいきポイント対象です



◇どなたでも自由に参加できます。ご近所
お誘いあわせご参加ください。
多世代の方と、交流をしましょう！

【日時】十二月四日(火)

午後一時半〜三時半

【会場】センターホール

【持ち物】上靴・水分補給用飲み物

【申込】不要

【日時】十二月十日(月)

午後一時〜

【演奏】オハナ・アロハの皆さん
(ハワイアン同好会)

【会場】当センターホール・和室

【対象】市内在住の六十歳以上の方

【申込】不要

※動きやすい服装でお越し下さい。

上靴持参(ヒール不可)

クリスマス
ダンスパーティー



右京区地域支え合い活動入門講座



「昭和おやじのちょっとやってみよう講座」を開催します

人生100年といわれる時代、退職後に何かやってみよう方を応援するため、男性限定の講座を開催します。住み慣れた地域で「生きがいづくり」「仲間づくり」のため、何か一緒に活動を始めてみませんか？ご参加お待ちしております。

日 時：1/21、1/28、2/4、2/18、2/25（5回連続講座）10時～12時

場 所：右京中央老人福祉センター（1/28のみ）・グループホーム走和の郷西京極

内 容：詳細はお問い合わせください

定 員：15名（事前申込制） 参加費 無料

申込方法：1月16日（水）までに電話またはFAXで申込 受付後、受講票を送付します。

問合せ： 右京区社会福祉協議会 ☎865-8567 FAX865-8569

利用者カードの登録・更新をお願いします
 随時、登録・更新をしていますので、
 受付までお申しつけください。

同好会 世話人連絡会

【日時】十二月十三日（木）

午前10時～

【場所】会議室

※お忙しいとは思いますが、同好会世話人の方はご出席をお願いします。

世話人の方が出席できない場合は、代理で出席くださる方を調整して下さい。



年末大掃除

【日 時】十二月二十八日（金）

午後一時半～

※センターの大掃除を行いたいと思えますのでご協力いただける方は宜しく願います。



年末年始センター

休所のお知らせ

【日時】十二月二十九日（土）

平成三十一年一月三日（木）

※この間センターは休所させて頂きまますのでよろしく願います。



老人福祉センターについて

利用資格…京都市在住の六十歳以上の方
 利用料…無料（必要に応じて教材費などの
 実費負担あり）

開所時間…午前九時から午後五時まで
 休所日…日曜・祝日・年末年始
 （十二月二十九日～一月三日）

※駐車場はありません。車での来所はご遠慮下さい。徒歩、自転車、公共交通機関等をご利用ください。
 ※初めてご利用の方は受付にお越し下さい。利用について説明をさせていただきます。利用者カードを作成頂きます。

- 地下鉄…《太秦天神川》下車徒歩10分
- 京福電車…《嵐電天神川》下車徒歩10分
- 市バス…11、27、70、75、80系統 他
《太秦天神川駅前》下車徒歩10分
- 京都バス…71～73系統《蚕の杜》下車徒歩10分



センター周辺地図