

右京中央老人福祉センター

# うすまさだより二月号

平成三十年一月十五日発行

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



## 『ロコモ体操⑰』

【日時】二月二十八日(水)

午前十時～

【講師】(株)ビバ

健康運動指導士 松井 孝介氏

【定員】五十名(先着順)

【申込】二月十三日(火)～

※ご本人が来所の上お申し込み下さい。

※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

【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



## 『女性だけの筋トレ』

平成三十年、四月～九月の半年間の  
クラス参加者を募集します。

【開催日】毎月第一・三木曜日

① 九時半～十時四十分

② 十時五十分～十二時

※①か②どちらかを選んで申込みして下さい。

【募集人数】各五十名

【募集期間】二月十九日(月)～

三月三日(土)

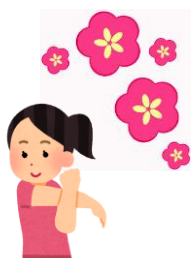
※応募者多数の場合は抽選し

三月十二日(月) 午後発表します。

【持ち物】タオル、飲み物、上靴

※ご本人が来所の上、お申込み下さい。

※医師から運動の制限を受けていない方



## 『歌のつどい』

平成三十年、四月～一年間のクラス  
参加者を募集します。

【開催日】

水曜クラス 毎月第一水曜日

① 午後一時半～二時四十五分

② 午後三時～四時十五分

土曜クラス 毎月第二土曜日

① 午前九時十五分～十時半

② 午前十時四十五分～十二時

※四つの中から一つを選んでお申込み下さい。

【募集人数】各七十五名

【募集期間】二月十九日(月)～

三月三日(土)

※応募者多数の場合は抽選し、

三月七日(水) 午後発表します。

※当選された方は四月から上靴を必ず

持参して下さい。



# 二十九年度 同好会修了発表会

同好会の皆さんが研鑽に励んだ、一年間の総まとめの発表会です。

どうぞ、ご家族やお友達、ご近所の方も  
お誘いあわせの上、ぜひお越し下さい。

## ☆作品展示

日時：二月十九日(月)～二十一日(水)  
午前九時～午後四時半  
(二十一日のみ午後四時まで)

場所：当センター 会議室・廊下  
展示サークル：ちぎり絵同好会  
パッチワーク同好会 書道同好会  
ボールペン画同好会 水墨画同好会

## ☆舞台発表

日時：二月二十四日(土)  
午前九時二十分～午後三時半  
場所：当センター ホール・和室  
発表サークル  
フラダンス同好会 詩吟同好会  
ハワイアン同好会 謡曲同好会  
社交ダンス同好会 民謡同好会  
マジック同好会 太極拳同好会  
ジャズダンス同好会 着物着付同好会  
サンコーラス右京 3B体操同好会  
あじさいフォークダンス



## お願い

※スリッパの数に限りがある為、各自上靴を必ずご持参下さい。  
又、靴袋を用意するなど靴の間違い防止にご協力お願い致します。  
※当日は駐輪場の混雑が予想されますので自転車等の整理整頓にご協力下さい。  
又、公共交通機関もご利用下さい。

## 世話人連絡会のお知らせ

日時 二月八日(木) 十時～

世話人連絡会を開催いたしますので、世話人の方は出席をお願いいたします。

## 年末大掃除のご協力 ありがとうございました。

十二月二十八日、年末のお忙しい中にかかわらず、たくさんの方がお越し下さりセンターの大掃除をして下さいました。  
本当にたくさんの方の皆様のご協力をありがとうございました。

## 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できます。

## アクセス

- 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  
《蚕の社》下車徒歩10分

