

柳辻だより

9月

発行：H30年9月：山科老人福祉センター
 住所：京都市山科区西浦町 41-107
 電話・FAX：075-501-1630
 交通：地下鉄東西線「柳辻駅」下車

30年度同好会・介護予防・開放事業 時間割

	種 目	講 師	講 習 の 日 時				
			第	曜	時	～	時
同好会	絵手紙①②	柳本 良子	第2.4	火曜日	10:00	～	12:00
	健康ダンスA	山本 信子	第1.3	木曜日	13:30	～	15:30
	3B体操A	山本智佐子	第1.3	金曜日	9:30	～	10:30
	太極拳A	都成かよ子	第1.3	月曜日	9:30	～	10:30
	太極拳B				10:45	～	11:45
	編み物A(2階)	山内 道子	第1.3	月曜日	10:00	～	12:00
	編み物B(2階)				10:00	～	12:00
	謡曲(2階)		第1.2.3	月曜日	13:00	～	15:30
	着付け				飯田由美子	第2.4	月曜日
	民謡	浅野もあこ	第1.3	火曜日	10:00	～	12:00
	絵手紙③	柳本 良子	第2.4	火曜日	13:00	～	15:00
	書道1	吉田 光雄	第1.3	火曜日	13:30	～	14:30
	書道2				14:30	～	15:30
	舞踊民舞(2階)	花柳 栄華	第2.4	火曜日	13:00	～	15:00
	安来節(2階)		第2.4	火曜日	10:00	～	12:00
	囲碁		第1.2.4	水曜日	9:30	～	12:00
	カラオケ(2階)	岡田富士子	第1.3	水曜日	13:00	～	15:00
	卓球A(2階)	黒田邦臣、鬼崎安則	第1.3	水曜日	10:00	～	12:00
	卓球B(2階)	鬼崎安則、森井平明	第2.4	水曜日	10:00	～	12:00
	生け花	納田 法風	第2.3.4	木曜日	12:15	～	13:15
	書道愛好会	吉田 光雄	第1.3	木曜日	10:00	～	11:00
					11:00	～	12:00
	百人一首(2階)		第1.3	木曜日	13:00	～	16:00
	大正琴(2階)	太田 省三	第2.4	木曜日	10:00	～	12:00
	健康ダンスB	山本 信子	第2.4	木曜日	13:30	～	15:30
	安来節(2階)		第1.3	木曜日	10:00	～	12:00
	健康ヨーガ	大幡 敏恵	第2.4	金曜日	10:50	～	12:00
	コーラス	橋本 鈴子 山本 美保	第1.2.4	金曜日	13:00	～	15:00
	3B体操B	山本智佐子	第1.3	金曜日	10:45	～	11:45
	音ライン	長井 輝行	第3	金曜日	13:00	～	15:00
ハーモニカ	長井 輝行	第4	土曜日	10:00	～	10:50	
				11:00	～	12:00	
煎茶A	樫原 保美	第1.2	土曜日	10:00	～	12:00	
油絵	長谷川勝治	第1.3	土曜日	13:00	～	15:00	
俳句		第3	土曜日	10:00	～	12:00	
社交ダンス		第1.2.3.4	土曜日	10:00	～	12:00	
介護予防	かるがるトレーニング	三輪 昌広	第3	水曜日	9:30	～	10:30
					10:40	～	11:40
デュアルタスク	吉田 充江	第2.4	木曜日	9:30	～	10:30	
				10:40	～	11:40	
開放事業(じどう)	柳辻もりあげ隊		第2.4	金曜日	9:40	～	10:40
	カラオケサークル(2階)		第1.3	火曜日	10:00	～	12:00
			第1.3	金曜日	10:00	～	12:00
	卓球初級A(2階)		第1.3	火曜日	13:00	～	16:00
			第2.	金曜日	10:00	～	12:00
	卓球初級B(2階)		第2.4	木曜日	13:00	～	16:00
			第4	金曜日	10:00	～	12:00
卓球(2階)		第2.4	水曜日	13:00	～	16:00	
		第1.2.3.4	土曜日	13:00	～	16:00	
囲碁・将棋			月・火・水・土(一階)		13:00	～	16:00
			金(二階)				

★初めの5分は、廊下の整理や確認の時間も含めさせていただきます。

- センターへの入所時間は午前9時～です。
 教室への入室時間は午前も午後も同好会開始30前からです。(開始時間は上記時間割参照)
- センターで使用される机や椅子等の準備や後片付けは、同好会等の団体や個人の使用についても、利用者の方をお願いしています。

～ 台風等の接近時対応のお知らせ ～

午前7時現在、京都・亀岡地域に**暴風警報**が発令された場合、
老人福祉センターは**臨時閉所**となります。

また大雨や暴風による**特別警報**が発令された場合も**臨時閉所**となります。
(特別警報の場合、交通手段が確保されず職員が出動できない場合もあります。)



『いきいきポイント 第1回応募締切は8月31日です。(当日消印有効)』

健康長寿のまち・京都

検索

一般開放事業

【囲碁・将棋】のお知らせ



皆、囲碁将棋が強くなりたいと願いつつも、楽しく好き勝手な事を言いながら「白・黒」「王手・飛車」に目を向けている。ふと周りを見ると、「団塊」「団塊ジュニア」の人達が少ないのがさみしい。「センターは楽しいところだよ!」「是非!」

月・火・水・土曜(1階) 13:00～16:00
金曜(2階) 13:00～16:00

[フルーツ演奏]の事業報告

7月27日(金)に行われた裏田舞氏によるフルートの演奏会には、多くの利用者さんと児童にご来場頂きました。猛暑の中、涼やかな音色と裏田さんのお話に元気をもらう事が出来ました。



【編み物 A・B 同好会】から募集のお知らせ

初初心者大歓迎!!



棒針・かぎ針・その他の編み方で
ご自分の好きな作品を楽しく作りませんか!!
手先を使うのは脳の刺激にもなり
老化予防に一石二鳥!!



見学大歓迎♡

A 第1・3月曜 10:00～12:00
B 第2・4月曜 10:00～12:00

熱中症等を防ぐため、こまめな水分補給が必要です。

老人福祉センターをご利用の際は、各自水分補給の水筒やペットボトル等をお持ちいただきますよう、ご理解とご協力をお願い致します。

☆「かるがるトレーニング」

イキイキ体を動かしましょう

日時：9月19日(水)

① 9:30～10:30

② 10:40～11:40

定員：各時間30名(先着順)

申込：8月15日(水) 直接来所にて受付



今月の介護予防運動

《正しい歩き方について》

正しい歩き方を学んで、
行楽の秋を満喫しましょう!

講師：三輪 昌広 先生

☆「デュアル タスク」

元気に活動できる体を保ちましょう

日時：9月13日・27日(木)

① 9:30～10:30

② 10:40～11:40

定員：各時間30名(先着順)

申込：8月23日(木) 直接来所にて受付

講師：吉田 充江 先生



運動の時は動きやすい服装で!
靴は上履きをお持ち下さい。

彼岸とは・・・

春分・秋分を中日とし、前後3日間の各7日間であり、この期間に行う仏事で彼岸会(ひがんえ)と呼び! 俗に中日に先祖に感謝し、残る6日は悟りの境地に達するのに必要な6つの徳目(修行)「六波羅蜜」を1日一つずつ収める日とされている。

所長 西尾