

☆老人福祉センターは市内在住の60歳以上の皆さんがご利用できる施設です☆

# きらめき

平成29年

# 6月号



社会福祉法人 京都市社会福祉協議会  
京都市山科中央老人福祉センター  
〒607-8344 京都市山科区西野大手先町 2-1  
山科総合福祉会館 2階  
【電話】 501-0242 【FAX】 501-0340  
【E-mail】 r-yamashinachuo@kcsw.jp  
【ホームページ】 <http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp/yamashinachuo.html>  
【開所日・時間】月曜日～土曜日(祝日除く)・9時～17時  
5月21日発行(毎月第3金曜日発行)



梅雨空に

色とりどりの

催し案内



## 食と健康

「清潔・安全・食中毒対策！  
と手軽な1品」

【申込み 必要】

- 食中毒予防に大事なポイント
- 手軽で簡単な料理の試食 他  
(お手軽じゃこピザ)

日 時：6月24日(土)

午前10時～11時30分

講 師：介護予防推進センター

定 員：24名

申込期間：6月1日(木)～

6月15日(木)



## よし笛のしらべ (コンサート)

【申込み 不要】

どなたでもご来場できます

琵琶湖の葦で手作りされたよし笛と  
ギターの伴奏によるご夫婦の演奏です。

日 時：6月24日(土)

午後1時30分～3時

演 奏：よし笛演奏グループ「湖風音」

予定曲：琵琶湖周航の歌

瀬戸の花嫁

てんとう虫のサンバ 他



## フラワー アレンジメント講座

【申込み 必要】来所にて先着順受付

お待たせしました！今回は人気の  
“リース”を作ります。

日 時：6月28日(水)

午後1時30分～2時30分頃

講 師：村井 亜貴子さん

材料費：1,500円

定 員：15名

申込期間：

6月7日(水)～



## きらめく グルーデコ講座

【申込み 必要】来所にて先着順受付

特殊な粘土(グルー)とスワロフスキー  
を使って、キラキラ素敵なネックレス  
を作ります。

日 時：6月30日(金)

午後1時30分～3時頃

講 師：林 むつみさん

材料費：700円

定 員：10名

申込期間：6月9日(木)～



(詳細はセンター設置  
のポスターをご覧ください)



## センターからのお願い

# 飲み物と駐輪について



水分補給は大切



飲み物は **各自で持参** しましょう！



これから大変暑い時期がやってきます。熱中症などを防ぐため、こまめに水分補給することが必要です。また、衛生上の観点からできるだけ飲み物を持参くださるようお願いいたします。

自転車・バイクは手前側から **整列して駐輪** しましょう！

端から整列して  
止めよう

自転車やバイクを駐車されるにあたっては、備え付けの駐車場内に整列をして駐車してください。

1 階事業所の車両の出入庫に支障が生じないようお願いいたします。



4月24日

やさしく楽しくウォーキング  
(↓北花山天文台の前で集合写真)



天気に恵まれ、健脚コースを26名で歩きました。

「ボランティア基礎講座」  
参加者募集！！

地域で“誰かのため”に“  
“自分のため”に“  
ボランティア活動をはじめませんか。



《講座の内容》

お話と活動紹介 山科ボランティアグループ連絡会  
(ボランティア活動先とのお見合いコーナー、  
1日活動体験もあります。)

日 時：6月26日(月)

午前10時～正午

会 場：2階 会議室

主 催：京都市山科区社会福祉協議会

(電話：593-1294)

申込期間：6月22日(木)迄に山科区社会福祉協議会または、当センターに電話か来所でお申込み下さい。

5月2日

公園体操  
(↓5月から始まった初回の様子)



軽快な音楽に合わせて、体操します。朝から体を動かすと爽快です。

毎月第1・3火曜日 9時30分～10時  
絶賛体操中！ ぜひご参加ください。

毎月開催! お気軽に参加できる催し

## 体操のつどい

申込  
不要

### ステッププラス体操のつどい

頭と体の楽しい体操

日 時: 6月6日(火)、20日(火)

午前10時~11時

持ち物: 上靴、タオル、飲み物

### いきいき筋トシのつどい



日 時: 6月7日(水)、21日(水)

1部 午前9時30分~10時30分

2部 午前10時45分~11時45分

持ち物: 上靴、タオル、飲み物

## なんでも相談会

申込  
必要

遺言、相続、介護、整理整頓、成年後見、  
老いじたくなど、相談を受けます。

相談 無料。お一人につき60分。

申込み 事前予約。実施日の2日前まで来所か電話で。

日 時: 6月10日(土)

午後1時~4時30分

場所: 当センター会議室②

共催: はあとメール



## 脳の若返り塾

申込  
不要

脳トシで脳を活性化! 漢字・算数・  
パズル等のプリント学習で行います。

日 時: 6月28日(水)

午前10時~正午

上記の時間のお好きな時間に  
お越しください。



## おしゃべり・モンちゅうサロン

様々なテーマをもとに、みんなでおし  
ゃべりします。お話しを聴くだけでも  
大歓迎です。

日 時: 6月14日(水)

午前10時~正午

申込  
不要

## 盆踊りのつどい

申込  
不要

踊りの指導はないですが、見様見真似  
でも大丈夫!

年齢制限無しでご参加できます

日 時: 6月6日(火)、20日(火)

午前11時15分~正午頃

持ち物: 上靴、飲み物



## 上映会

申込  
不要

6月17日(土)



会場: 当センター会議室  
※満席の場合は、入場をお断りする  
場合があります。

午前10時~  
午後0時05分

### 『メン・イン・キャット』

(2016年/洋画)

ペットの猫と心が入れ替わってしまったワンマン社長を描いたコメ  
ディ。ネコになったパパの運命は…。

午後1時30分~  
3時30分

### 『オケ老人!』

老人ばかりのオーケストラに間違っって入団した千鶴が、振り回さ  
れながらも成長していく。 出演: 杏 他 (2016年/邦画)