

☆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31年

新春号



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
平成30年12月21日発行(毎月第3金曜日)発行



各催しの申込方法

申込み期間の午前9時から午後5時までに本人が来所にて受付。
(電話・FAX・代理人申込不可)(日曜・祝日は休所)

①～⑤の催しの詳細はセンター設置のポスターを参照してください。

運動

①

BON DANCE 講座 1月4日(金) 午後1時30分～3時

お正月だけどっ! 済州エアポート、ビューティフルサンデー等々、『モダン BON DANCE (盆踊り)』を踊ってみませんか?

講師: 高橋 美恵子さん

定員: 50名 / 持ち物: 上靴、汗拭き用タオル、飲み物

申込: 12月22日(土)～【先着順】



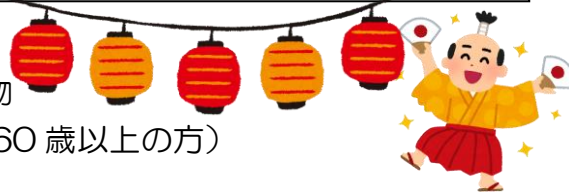
②

新春BON DANCE大会 1月15日(火) 午前10時～11時30分

場所: 集会室

持ち物: 上靴、汗拭き用タオル、飲み物

申込: 不要(※ただし、市内在住の60歳以上の方)



③

筋トレ&ストレッチ体操講座 1月16日(水) ①午前10時～10時45分
②午前11時～11時45分

☆クラス1: 椅子に座って行う筋トレ

☆クラス2: 立って行う筋トレ

講師: 山本 明美さん(体育学修士)

定員: 各クラス20名 / 持ち物: 上靴、タオル、飲み物

申込: 12月22日(土)～1月8日(火)【抽選】



④

グルーデコ講座 1月18日(金) 午後1時30分～3時

講師: 林 むつみさん

特殊な粘土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。

定員: 10名 / 材料費: 800円 / 持ち物: 飲み物

申込: 1月7日(月)～【先着順】

※11月に好評だったため同じものを作ります。前回参加された方はご遠慮ください。



ものづくり

⑤

大人のぬり絵 1月24日(木) 午後1時～3時



講師: 富澤 成夫さん 色紙に描かれた下書きにそって絵の具で塗ります。今回は椿(つばき)です。

定員: 15名 / 材料費: 500円(色紙、線描薬剤代)

持ち物: 用具詳細はポスター参照、飲み物 / 申込: 1月9日(水)～19日(土)【先着順】

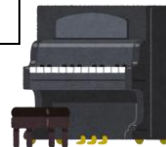
⑥ うたごえサロン 1月19日(土) 午後1時30分～3時

うた

懐かしい童謡唱歌、歌謡曲などをピアノの伴奏でみんなで一緒に歌いましょう。

講師：歌唱案内 糸井 欣治さん ピアノ伴奏 吉池 由紀子さん

定員：70名 /持ち物：飲み物 /申込：1月7日(月)～11日(金)【抽選】



⑦ Let's Try! やまちゅうで英会話 1月7日(月) 午前10時～11時

学び

～ 初心者限定 ～

様々なシーンで役立つ英会話をみんなで楽しく学びます!

講師：NPO法人京都国際交流ネットワーク 理事長 中山 貴恵先生

定員：20名 /費用：200円(テキスト代) /持ち物：筆記用具、飲み物

申込：12月22日(土)～【先着順】



※今回で最終回です!



⑧ そうだったのか百人一首 1月16日(水) 午後1時30分～3時30分

百人一首の歌を紐解きながら、いにしえに思いを馳せてみませんか?

講師：上村 俊一さん

定員：30名 /持ち物：飲み物 /申込：12月22日(土)～【先着順】



⑨ 備えあれば憂いなし～冬の防火対策講座 1月23日(水) 午後2時～3時30分



火災予防の知識を学び、初期消火訓練を体験していただきます!

講師：小谷 茜さん(山科消防署 消防課 予防担当)

定員：25名 /持ち物：飲み物

申込：1月7日(月)～【先着順】



市民すこやかフェア2018

当センターからは絵手紙同好会の皆さんの作品を展示していただきました。



広報紙に掲載の事業はすべていきいきポイント(5ポイント)の対象です。



Breeze(19) ふるさと山科を学ぼう会

「縄文の昔から神様宿る聖石に囲まれ、幾本の川の流れにも恵まれた自然豊かな盆地。都の隣で独自の歴史を折り上げてきた平安古社と古街道のまち。京都の歴史玄関山科」、とある冊子の巻頭言に心惹かれました。

東御坊、西御坊という蓮如上人由縁地に近接する当センター、歴史関係の教養講座を開いてほしいとのご要望も度々いただいていたことから、先ずわがまちのことから学んでいただこうと「ふるさと山科を学ぼう会」を開催することにしました。山科を愛する住民団体「ふるさとの良さを活かしたまちづくりを進める会」の浅井先生はじめ会員の方々の全面的なバックアップのもと、分野ごとにご講話をいただき、15回に及ぶ講座を大好評のうちに終了することができました。山科育ちの方も転入してきた方も、山科検定を受験する方もそうでない方も、皆、講師が緋(ひもと)かれる山科の壮大な歴史や隠れた魅力の一端に触れ、山科への愛着を一層深められたことは、大きな成果であったと考えています。

受講生の方から頂いたお便りをご紹介します。『山科に住み始めて、まだ年月は短いですが、学びの機会を得て、夏の猛暑にも負けずに頑張って受講を続け、先人たちの素晴らしい贈り物に触れる生きがいを感じてきました。実は、山科に生まれ育ちながら(現在は他府県に居住)、「山科に対する心無い言葉(悪口)」を何度も口にする知人に対し、今、山科に住まう者として大きなショックを受けてきたのですが、勉強会で様々な山科の魅力について知識を得、その方に強く反論できたことは自分でも意外で、本当にプラスになったと感じています。ご指導いただいた先生方をはじめ、皆々様に心から感謝申し上げます。ありがとうございました。(YT)』

1年の世相を表す「今年の漢字」に「災」が選ばれ、～天災人災もうたくさん～との見出しが付けられていました。今年の良い年となりますよう。そして「楽しみ・集い・学べるやまちゅう老セン」をこれからもよろしく願いいたします。

