

鳴滝だより  
令和6年4月号  
3月20日発行 第157号



右京老人福祉センター  
〒616-8254  
京都市右京区鳴滝宅間町 14-2  
電話・FAX 464-2789

『しっかり体操』 **要申込**

日時:4月11日(木)  
午後1時30分~同2時30分  
講師:下岡 佐知子先生



定員:25名 (定員を超えた場合は抽選)

申込:3/21(木)~4/4(木)

『ロコモ体操教室』 **要申込**

日時:4月17日(水)  
午前10時~同11時  
講師:松井 孝介氏



対象:京都市在住の65歳以上の方で  
医師から運動制限を受けていない方

定員:30名 (定員を超えた場合は抽選)

申込:3/21(木)~4/10(水)

令和6年度  
利用者カードの登録・更新について

緊急時にセンターから連絡できるよう、  
「利用者カード」の発行・更新をお願いします。

二つ折り水色のカードを持参してください。  
年度欄にセンター印を押印して更新します。



(同好会については、まとめて  
更新しますので世話人さん  
にお渡してください。)

初めて老人福祉センターをご利用の方は、  
利用者カードを発行しますので事務所まで  
お越しください。

また他のセンターで発行されたカードを持って  
おられる方も、当センターでコピーをとって  
登録しますので事務所までお持ちください。

『健康ヨガ』 **要申込**

日時:4月19日(金)  
午後1時30分~同2時30分  
講師:中川 富美子先生



定員:25名 (定員を超えた場合は抽選)

申込:3/22(金)~4/12(金)

〔各体操の申込方法〕

来所又は電話でお申込みください。

注)参加決定者は、センターから連絡しません  
ので、各自で申込最終日の翌日以降に、セン  
ター内の掲示板又はセンターへの電話でご  
確認ください。

参加時は、動きやすい服装、靴下着用で水分  
補給用の飲み物、タオルなどお持ちください。

QRコードを読み取って  
スマホでも予定表が  
見れます。



(グーグル レンズ)

- ①スマホの Google lens 又は標準のカメラで QR コード  
をかざして、読み取ります。
- ②リンク先が表示されるのでそれをタップして開きます。

京都市長寿すこやかセンターの公式 LINE を開設いたしました。

京都市長寿すこやかセンターでは、高齢者の生きがいづくり、認知症に関すること、成年後見制度  
などについて、さまざまな講座の開催や情報発信を行っています。公式 LINE でも講座や研修、  
認知症サポーターの活動事例や交流会の案内などを配信予定です。ぜひ、ご登録ください！



# 『令和5年度 成果発表会』を開催しました！

令和6年3月1日(金) 4年ぶりに活動団体の舞台発表と作品展示を行いました。



たくさんの方にご来場いただき、盛会裏に終了することができました。前日の準備・当日の運営に携わってくださった世話人・有志の方、当日の後片付けをお手伝いいただいた多くの方々に、職員一同心よりお礼申し上げます。

## 令和6年度 会員募集中の同好会(サークル活動) 見学大歓迎です！

会費など詳細は見学時に代表者の方にお尋ねください。

### 民謡同好会

第2・4金曜  
9時15分～10時45分



### ジャズダンス同好会

第2・4水曜  
10時～11時30分



### 囲碁同好会

(初級・初心者向け)  
第1～4月曜  
10時～12時



### 社交ダンス同好会

第2・4火曜、第3金曜  
10時～12時  
第4金曜  
13時～16時



### フラダンス同好会

第1・3木曜  
10時～11時30分



### 大正琴同好会(琴生流)

第2・4木曜  
9時30分～11時30分



### 書道同好会

第1・2・3水曜  
12時30分～14時30分



### 絵画同好会

第1・3木曜  
13時～15時



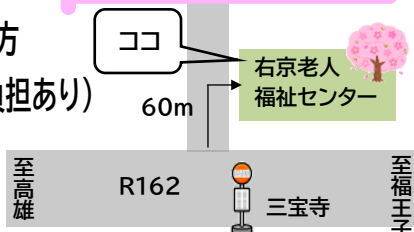
### 右京老人福祉センター利用について

- 衛生面上、裸足でのセンター利用はできません。
- 原則、老人福祉センター内では飲食はできません。
- マスクの着用は、個人の判断に委ねます。
- 受付時の検温と手指消毒は任意です。
- 室内の換気を行なっています。

### 老人福祉センターについて

- ☆利用条件 京都市在住の60歳以上の方
- ☆利用料 無料(但し、教材費など実費負担あり)
- ☆開所時間 午前9時～午後5時
- ☆休所日 日曜・祝日・年末年始

### 当センターへのご案内



市バス⑧系統又はJRバスで「三宝寺」バス停下車 徒歩2分

お車でのお来所はできません。公共の交通機関または自転車・バイク・徒歩でお越しください。周辺道路への駐車は、ご近所の迷惑になりますので絶対にやめてください。