

北老人福祉センター

ふれあいだより

2014年 3月号

京都市北老人福祉センター

〒603-8214

京都市北区紫野雲林院町 44-1

北合同福祉センター 3階

TEL・FAX

492-8845

<バス停>

大徳寺前、又は

北大路堀川下車

徒歩5分

北図書館(2階)

上

3階です。



*老人福祉センターは、市内在住60歳以上の方ならどなたでも、お住まいの行政区関係なくご利用いただけます。

教養教室・教養講座・同好会の募集についてのお断り

- 1、申込みをされる方は、教室・講座・同好会とも、ご本人が直接来所して申込み下さい。
- 2、教養教室(2教室)と教養講座(1講習会)の募集は、同時に2つの申込みは出来ません。いずれか1つを選び申込んでください。
- 3、教養講座「あなたのための英会話講座」は、24年度、25年度の「初心者の英会話教室」を受講された方々の申込みは受け付けできません。
- 4、同好会の申込みについて、同時に同じ部門の同好会の申込みは出来ません。
- 5、新規利用者の方は、「教室・講座・同好会」合わせて一人3つまでの申込みとなります。すでに、当センターで3つの同好会を利用の方は申込みできません。ご自分の所属数を確認の上、お申込みください。

★募集期間：2月20日(木)～3月12日(水)★

多くのみなさんの申込みをお待ちしています!

募集に関する詳しい問い合わせは、北老人福祉センター事務室まで来所または、電話にてお気軽に問合せください。ただし、電話での申込みは出来ません。

北老人福祉センター：京都市北区紫野雲林院町44-1 北合同福祉センター3階
電話492-8845

平成26年度【教養教室の募集案内】

■太極拳入門教室(部門：◆健康づくり・運動) 定員20名

開催日時：毎月第2・4金曜 午後1時30分～3時(月2回)

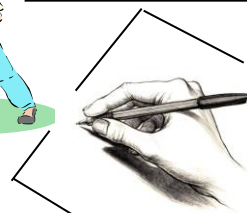
■初心者のボールペン画教室(部門：♠描く) 定員20名

開催日時：毎月第4 木曜 午前10時～正午(月1回)

2教室いずれも20名の新規受講希望者を募集します。
同時に、2つの教室の申込みは出来ません。



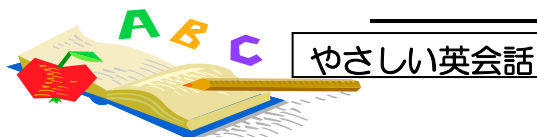
教材費
コピー代等必要



ボールペン画
は作品展示し
ています。

今年度、太極拳入門教室とボールペン画教室を受講された皆さんの成果発表を、2月22日(土)午前11時～北老人福祉センターで開催される「見学発表会」でご覧いただけます。

平成 26 年度 【教養講座の募集案内】



やさしい英会話

★「あなたのための英会話講座」春期講習会/10回シリーズで開催 定員 20 名

開催日時：毎月第 2・4 火曜日 ①午前 9 時 30 分～午前 10 時 40 分（70 分）

// ②午前 10 時 50 分～正午（70 分）

※4 月より春期講習会を 10 回シリーズで開催します。20 名募集して 4 月 8 日（第 2 火曜）の開催初回日に、講師：吉田先生と受講者の皆さんのヒアリング後、次回より 2 グループに分かれ、10 回シリーズの春期講習会をスタートします。

教材費等必要

平成 26 年度 【同好会の募集案内】

■募集する同好会（部門：♣作る、◆健康づくり・運動、♠描く）※マークが同じものは部門が同じです。

同好会	開催日時	会費	募集人数
ソングフレンズ煌き	毎月第 1 木 午後 1:30~3:30	半年 1,000 円	6 名
健康歌謡舞踊	毎月第 2・4 水 午前 10:00~正午	毎月 500 円	4 名
♣和紙ちぎり絵	毎月第 1 火 午前 9:30~正午	半年 1,800 円	8 名
♣小物編物	毎月第 1・3 火 午後 1:30~3:30	3 ヶ月 1,000 円	1 名
◆健康ストレッチ	毎月第 2・4 木 午前 9:30~11:30	半年 600 円	5 名
◆健康ヨガ A	毎月第 2・4 金 午前 10:30~11:40	半年 2,000 円	5 名
◆健康ヨガ B	毎月第 2・4 月 午前 10:30~11:40	半年 2,000 円	8 名
◆健康ヨガ C	毎月第 2・4 火 午前 10:30~11:40	半年 2,000 円	3 名
◆楽しい体操 A	毎月第 1・3 金 午前 10:00~11:30	半年 1,500 円	3 名
◆楽しい体操 B	毎月第 2・4 水 午前 10:00~11:30	半年 1,500 円	7 名
◆フレッシュダンス	毎月第 1・3 水 午前 10:00~11:30	半年 3,000 円	2 名
◆フォークダンス A	毎月第 2・4 水 午後 1:00~2:30	3 ヶ月 1,000 円	5 名
◆フォークダンス B	毎月第 2・4 水 午後 2:40~4:10	3 ヶ月 1,000 円	11 名
♠色えんぴつ画 1 組	毎月第 1 金 午後 1:00~3:00	毎月 500 円	2 名
♠色えんぴつ画 2 組	毎月第 1 金 午前 10:00~正午	毎月 500 円	5 名
♠色えんぴつ画 3 組	毎月第 1 金 午前 10:00~正午	毎月 500 円	1 名

上記表の、同好会会員を募集します!

「教養教室・教養講座・同好会」共通 申込方法について

- 募集期間：2月20日（木）～3月12日（水）に北老人福祉センター事務室まで、ご本人が直接来所して申込みください。 ※電話での申込みは受けません。
- 教室・講座・同好会いずれも、募集人数を超えた場合は、当センターで厳正な抽選を行います。
- 決定者については、3月14日（金）～20日（木）まで、北老人福祉センター内、掲示板にて発表、申込受付番号を確認してください。
- 期間中に、ご本人が結果を確認し、事務室で配付する決定通知書を必ずお受け取りください。
- 期間中に、決定通知書の受け取りのない場合は、申込みが取消しとなる場合があります。あらかじめご了承ください。

北老人福祉センターでは、
見学後、随時入会いただける同好会や、登録制のつどい事業、介護予防事業
登録制卓球、自由に参加できる囲碁・将棋など、たくさんの事業を行っています。

<随時制の同好会>	<開催日時>	<会費>
楽しい童謡唱歌同好会	毎月第3(木) 午前10:00~正午	半年 700円
ゆかいな運動くらぶ	毎月第1・3(金) 午後1:30~3:00	3ヶ月 1,000円
なつメロ同好会(欠員待ち有)	毎月第1・3(月) 午後1:00~4:00	無
カラオケ同好会(欠員待ち有)	毎月第1・3(土) 午後1:00~4:00	無
謡曲同好会	毎月第2・4(火) 午後1:00~3:30	年会費 2,400円
民謡同好会	毎月第2・4(水) 午後1:00~3:00	毎月 100円
お茶同好会	毎月第1・3(水) 午前10:00~正午	毎月 1,500円
手芸同好会	毎月第2・4(金) 午前10:00~正午	出席毎 200円
百人一首同好会	毎月第3(金) 午前10:00~正午	無
五行歌心の詩会	毎月第4(月) 午後1:30~3:30	毎月 500円

<登録制/つどい>
男の体操つどい 毎月第1・3(月) 午後1:30~3:00
トランプのつどい 毎月第2・4(金) 午後1:30~3:30

<登録制/卓球>	
卓球A	毎月1・2・3・4(月) 午前9:00~12:50
卓球B	毎月1・2・3・4(火) 午前9:00~12:50
卓球C	毎月1・2・3・4(木) 午後1:00~4:50
卓球D	毎月1・2・3・4(土) 午後1:00~4:50
(初心者対応) 卓球S	毎月1・2・3・4(土) 午前9:00~12:50
卓球フリー	毎月1・3(水) 午後1:00~4:50 毎月2・4(金) 午前9:00~12:50

<介護予防事業>
健康ひろば 毎月第3(木) 午後1:30~3:00

囲碁・将棋は和室の空いている日時で利用できます。(毎月第2・3・4の木曜午後は利用できません。)

募 集

北区地域介護予防推進センター・北老人福祉センター共催事業

【KITARO やわらか頭教室】

受講者 20名 募集!

簡単な音読や計算で楽しみながら脳を刺激すること、
簡単な運動、脳トレ体操で体を動かすことを組み合わせ
せて行います。

受講期間：4・5・6月の3ヶ月

開催日：毎月1・2・3・4の木曜日(月4回)

A：午前 9時30分~(60分) 定員 10名

B：午前10時45分~(60分) 定員 10名

場 所：北老人福祉センター(ホール)

費 用：教材費500円

申込受付 3月17日(月)~26日(水)

先着順に受付け、定員になり次第締め切
ります。(電話申込みは出来ません。)

【KITARO ハッスルマッスル】

AM/PM

参加自由 申込不要

マットを使った筋トレ中心の運動メニューになりま
す。男女を問わず自由に参加いただけますが、会場の
都合上、当日各時間、26名が定員となります。

あらかじめ、ご了承ください。

会 場：北老人福祉センター 娯楽室東西

持ち物：バスタオル

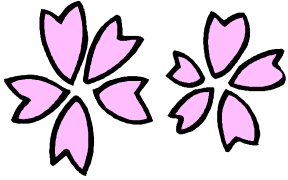
開催日時

毎月1・3火曜 各クール60分

1クール午前9:30~/2クール10:45~

毎月2・4木曜 各クール60分

1クール午後1:30~/2クール2:45~



“シルバーと呼ばれたくない仲間たち”

3月事業

健康洛楽ウォーク



春を待ちわびて・・・「初春の東山界隈の散策」

今年は思いのほか雪の降る日が多く、1月2月と寒い日が続いています。

桜咲く春が待ち遠しい今日この頃ですね!

“シルバーと呼ばれたくない仲間たち”3月事業は、初春の東山界隈を散策、いち早く春を感じましょう。

東山沿いには豊富で静かな散策の路があります。今回は、蹴上から南禅寺を經由して哲学の道、銀閣寺までのコースを歩きます。

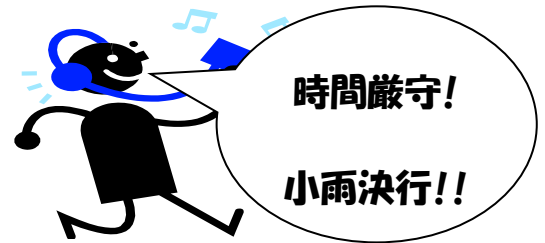
桜の季節には少し早いかも知れませんが、やわらかな初春の風に吹かれながら、健康洛楽ウォーク東山編をお楽しみください。

開催日：3月29日(土) *小雨決行

集合時間：午前10時(時間厳守)

集合場所：地下鉄「蹴上駅」改札口付近(改札口を出て黄色い旗目印)

募集人数：30名 参加費：100円



■事業についての詳しい問い合わせは、北老人福祉センター事務室にお問い合わせください。

電話 492-8845

参加者30名は抽選にて決定!

申込受付期間：2月24日(月)～3月12日(水)

[申込方法]

☆2月24日(月)～3月12日(水)に、北老人福祉センター事務室にお申込みください。

★期間中に来所して申込み出来ない方は、お電話での申込みを受付けます。

電話受付時間：期間中、毎日午前10時～午後4時まで受付けます。

電話で申込みをされる方は、上記の時間内をお願いいたします。

北老人福祉センター事務室 ☎492-8845

★☆厳正な抽選後、当選者のみ3月14日(金)から、お電話にてお知らせいたします。★☆

☆期間中に定員に達しなかった場合は3月13日(木)～20日(木)先着順に来所にて受付けます。

【北消防署】と【北老人福祉センター】がコラボします!

★3月3日(月) 午前10時30分~11時30分

会場: 北老人福祉センター(娯楽室東西)



一日消防署長として
歌手の平山みきさんが
来所されます!!



KITARO 防災ファッションショー
と



みんなで唄おう!



消防音楽隊ジョイントコンサート

間近で聞ける消防音楽隊の生演奏

「上を向いて歩こう」「星影のワルツ」「花は咲く」

そして「明日があるさ」…

どうぞ、皆さんと一緒に!!

***当日、どなたでもご来場いただけます。

皆様のご来場をお待ちしています。***

詳しいお問合せは、

北老人福祉センター事務室まで! 電話492-8845