

## 北老人福祉センター

## ふれあいだより

2014年 4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

## &lt;バス停&gt;



大徳寺前、または  
北大路堀川、下車  
徒歩5分  
「北図書館」上  
3階です

老人福祉センターについて（京都市内に17か所あります。）

- ◇ 利用資格 市内在住の60歳以上の方
- ◇ 利用料 無料（材料費などの実費負担あり）
- ◇ 開所時間 午前9時から午後5時まで
- ◇ 休所日 日曜・祝日・年末年始

\* 市内在住で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。

## 「平成26年度 最初のご挨拶」

昨今、建物、特に公共施設の耐震構造が問題となっています。

この度、京都市では、昭和56年12月の開所以来32年が経過した、当センターのある京都市北合同福祉センターの耐震及び大規模改修工事を実施する予定にしています。合築の全施設が改修されますので、当センターの改修がどの範囲まで行われるかは決定していませんが、今後20年間は安心して使用できるよう、老朽化の著しいトイレ等の水回り関係、照明器具等の電気設備関係、外壁の塗装工事等が、今年度秋期に開始になる予定となっています。この工事に伴い、さまざまな支障が発生し、トイレも3ヶ月程度使用できないという状況が予想されます。詳しい工事内容が決定、分かり次第、随時センター内「掲示」と「ふれあいだより」等でお知らせしますが、工事施行に伴い、センター休所となる場合もあると思います。皆様のご理解とご協力をいただきますよう、よろしく願いいたします。



4月から新しい年度が始まり、新規利用の方も加わり多くの方が利用されます。「明るく！楽しく！元気よく！」をモットーに、より利用しやすい施設を目指して、職員一同、努めてまいりますので、センター運営について、ご理解、ご協力を賜りますよう、よろしく願います。

## 京都市老人福祉センター利用者カード

平成26年度の手続きをお願いします。

〔更新手続〕25年度から引き続きご利用の方、以前に利用したことのある方

□緑色のカードをお持ちの方は、26年度の欄に、事務室にてセンター印を押します。

□次の方は事務室に、申し出てください。

- ・古い黄色のカードをお持ちの方
- ・カードを紛失された方
- ・記載内容に変更がある方



〔新規登録〕初めて老人福祉センターを利用される方

■カード（緑色 全センター共用）を発行しますので事務室に申し出てください。

\* ご利用の全センターで、26年度の初回利用の際に、事務室にカードを提示してください。

## 初登場！ ★なつかしく、

☆楽しんでご覧ください！

## 映画上映会のお知らせ

皆さんおなじみの（第1作）

## 『釣りバカ日誌』

日時：平成26年4月3日（木）  
午前10時～（開場9時40分）

会場：当センター 娯楽室東西

※会場が満席になった場合は、入場をお断わりすることがあります。上映映画を変更する場合があります。

あらかじめ、ご了承ください。

## 同好会・教室合同 見学発表会

2月22日（土）に、北老人福祉センターホールにて、9同好会（フレッシュダンス、フォークダンスA・B、楽しい体操A、楽しい体操B、ゆかいな運動くらぶ、太極拳、健康歌謡舞踊、元気クラブ、まるちクラブ）と1教室（太極拳入門）の見学発表会を開催しました。

京都府北警察署交通課の交通安全教室も同日に開催し、最後は、盆おどり「京の風十二抄」とフォークダンス「オクラホマミクサー」、「ジェンカ」で交流、盛り上がりまして終了しました。



皆さん、お疲れ様でした！！

## 交流発表会

2月8日（土）に、ひと・まち交流館京都にて、市域16の老人福祉センターから、交流のために様々な同好会、グループが参加されました。



北老人福祉センターからは、「楽しい童謡唱歌同好会」の皆さんが、第4部の15時25分から出演され、会場に明るい、優しい、清々しい歌声が広がりました。当日は、悪天候にも関わらず、集合時間には皆さんお集まりいただき、ありがとうございました。 本当に、ご苦労様でした！

北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

問合せ 492-8845

## 『KITATO やわらか頭教室』

## 受講者20名 募集中

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て行います。

受講期間：4、5、6月の3か月

開催日：毎月第1、2、3、4の木曜日（月4回）

A：午前9時30分～（60分）

B：午前10時45分～（60分）

場所：北老人福祉センター ホール

費用：教材費500円（3か月）



### <申込受付>

3月17日(月)～26日(水)

先着順に受け付け、定員になり次第締め切ります。

（電話による申込みはできません。）

北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

**参加自由** ☆ 申込み不要！！

〔KITARO ハッスルマッスル〕 AM/PM

マットを使った筋トレ中心の運動メニューです。

開催日時：（各クール60分）

毎月1・3火曜 ①午前9:30～②10:45～

毎月2・4木曜 ①午後1:30～②2:45～

※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

北老人福祉センターオリジナル

**参加自由** ☆ 申込み不要！！

〔健康ひろば〕 からだりフレッシュ！

家でもできる簡単な健康維持のための体操を教えてください。タオルやボールを使って、皆で楽しく運動します。

開催日時：毎月第3木曜 午後1時30分～3時

会場：北老人福祉センター 娯楽室東西

持ち物：フェイスタオル

講師：土田謹一先生

\*男女問わず参加できます。



## “シルバーと呼ばれたくない仲間たち”

平成 26 年度

新スタート

「事業・活動報告会」と「高齢者のためのタメになる講座」

事業企画委員会 委員交代

平成 24 年度 4 月に発足、5 月に利用者の皆さんに向け「発足宣言」のイベントを開催して以来、毎月 1 回さまざまなメニューの事業を数多く皆さんに提供、親しんでいただくようになって早 2 年が過ぎ、今年度より 3 年目のクールに入ります。

北老人福祉センター初の利用者有志による「事業企画委員会 “シルバーと呼ばれたくない仲間たち”」の初代 4 名の委員さん方には、立ち上げから発足、そして今日に至るまで大変なご協力とご苦労をいただきました。

“シルバーと呼ばれたくない仲間たち”の毎月の開催事業が多くの皆さんに認知・支持され、参加希望が定員を大きく上回り抽選にまでなるには、委員 4 名の方々の大変な努力の積重ねがありました。今年度、初代事務局から 2 名の委員の方が交代となり、新たに 3 名の方が委員として事務局に参加いただくことになりました。新委員さんも加わり、より一層利用者の皆さんに楽しい事業を提供できるよう、事業企画委員会事務局、北老人福祉センター事務室とともに協力し、イキイキとした活動を続けていきたいと思っています。これからも、皆さんのご協力とご支援をよろしくお願いいたします。



**イベント** 開催日：4 月 30 日（水）午前 10 時～11 時 50 分

場 所：北老人福祉センター 娯楽室東西

内 容：「事業・活動報告会」と「高齢者のためのタメになる講座」

午前 10 時～ 北老人福祉センター：利用者有志による事業企画委員会

“シルバーと呼ばれたくない仲間たち” 2 年間の事業と活動報告

担 当：事務局 高木、中川、岡部、小林

新担当：事務局 横井、木村、藤井



午前 10 時 20 分～

共催：京都府北警察署

「高齢者を狙う

犯罪被害防止対策について」

担 当：北警察署生活安全課

「高齢者の交通安全教室」

担 当：北警察署交通課

12 月には、サンタクロースになって「年末交通安全の呼びかけと歩道の美化活動!」を行いました。

2 月には、施設見学「北部クリーンセンター」に行ってお勉強、ゴミ処理場の最新設備を見学!とバラエティーにとんだ企画を実施して来ました。

イベント：4 月 30 日（水）開催 **参加無料!**  
申込受付：4 月 1 日（火）～ 事務室に申込みください。