

北老人福祉センター

ふれあいだより

2015 年 7 月

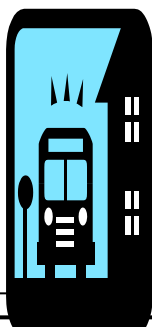


老人福祉センターのご利用について

- 利用条件：京都市内在住 60 歳以上の方
- 利用料：無 料(材料費など実費負担あり)
- センター開所時間：午前 9 時～午後 5 時
- センター休所日：日曜、祝日、年末年始

※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。初めてのご利用の方には、各老人福祉センターの窓口で利用者カードを発行しています。

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。

KITARO シネマのお知らせ

「ふしぎな岬の物語」(吉永小百合主演)
日時：7 月 18 日(土) 午前 10 時～
会場：北老人福祉センター 娯楽室 東西
※満員の場合は、入場をお断りすることがあります。ご了承ください。

骨密度検査等と健康相談 50 歳以上 無料実施

京都女子大学栄養クリニック様のご協力により、超音波骨密度測定装置を使用した検査、下肢筋力測定及び骨折リスク予測テストと、結果に基づく栄養改善相談を実施します。

今回は、50 歳以上の方が対象です。娘さん、息子さんのお嫁さんにも、参加していただけます。



■日時：7 月 15 日(水)

① 9 時 30 分～	④ 11 時～
② 10 時～	⑤ 11 時 30 分～
③ 10 時 30 分～	

定員：各時間帯 6 名 合計 30 名
場所：北老人福祉センター/娯楽室 東西

<申込受付>

7 月 1 日(水)～先着順に受け付け、定員になり次第締め切ります。
来所してお申込みください。ただし、娘さん、息子のお嫁さんなど 50 代の方のみ、代理申込み可



[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]

お知らせ

KITARO ハッスルマッスル/AM の時間変更のお知らせ



「KITARO ハッスルマッスル」マットを使った筋トレを中心としたメニューで実施し、
んにご好評いただいている「KITARO ハッスルマッスル/AM」が、7 月より①クールの開始時間を午前 9 時 50 分のスタートとさせていただきます。それに伴い、②クール開始時間も午前 11 時からのスタートとなります。7 月から変更します！ お間違いのないよう、ご利用ください！！

ハッスルマッスル/AM ①クール午前 9 時 50 分～10 時 50 分 ②クール午前 11 時～正午

// /PM ①クール午後 1 時 30 分～2 時 30 分 ②クール午後 2 時 40 分～3 時 40 分

※定員は 26 名で変更はありませんが、皆さんにマットをお渡しする時間は開始 20 分前とさせていただきます。 マット渡し=ハッスルマッスル/AM ①クール午前 9 時 30 分～
ハッスルマッスル/PM ①クール午後 1 時 10 分～

紫野児童館の

児童の皆さんと

多世代
交流!



ドイツ

ヘルマンハープコンサート

演奏：アンサンブルグレース



父兄の皆様

毎年恒例となっています合築の紫野児童館の児童の皆さんと、
今年は「ヘルマンハープコンサート」で交流します。

第1部は、**世代を超えて愛される童謡・唱歌**を“アンサンブルグレース”の皆さんが奏でる
ヘルマンハープの優しい音色でお楽しみください。

第2部は、少し大人の方に懐かしい、**青春時代の曲・優しく爽やかな音色**で
お楽しみいただける癒しタイムにしています。

多くの皆さんのご来場をお待ちしています！

開催日：8月1日（土） 会場：北老人福祉センター/娯楽室東西

■第1部：午前10時30分～11時10分「多世代交流タイム」

■第2部：午前11時20分～正午「大人の癒しタイム」

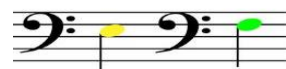
定員60名 先着順に受付けます。

受付開始：7月6日（月）～ 定員になり次第締め切ります。

北老人福祉センター事務室にてお申込みください。

※どなたでも参加いただけますが、定員を超えている場合は、当日の参加、入場をお断りする場合がありますので、あらかじめ、ご了承ください。

北老人福祉センター事務室まで、事前に申込み、お問合せください。 ☎492-8845



お知らせ

開催

「物づくり講座」

講師：林 路子先生

開催日：7月31日（金）

紙繻アートに挑戦！

午前10時30分～正午

定員：16名

6月22日（月）から林先生の
作品を展示しています！

会場：北老セン/教養室

ポストカードに手染め和紙を貼り、
その上からデザインに添って絹糸で刺繍をしていきます。
絵手紙のようにメッセージをそえてお友達におくったり、
フレームに入れてお部屋に飾ったり、
色々に楽しんでいただけます。

新しい趣味の一つになるかも・・・？

あなたも**紙繻アート**にチャレンジしてみませんか？

※**参加費は無料**ですが、**材料費：500円**が必要です。

持ち物：はさみ、針（絹えりしめ針）

北老人福祉センター
事務室まで来所して、
お申込みください。

★お問合せは、

☎492-8845

＜参加申込み＞

6月22日（月）から先着順
に受付け、定員になり次第締
め切ります。

台風

接近時の利用について
（開所・閉所）



- ① 午前7時現在
京都・亀岡地域に
暴風警報が発令中の場合、
臨時閉所となります。
- ② 開所中に
暴風警報が発令された場合は、
直ちに利用を中止し、安全の
ために帰宅していただきます。
- ③ 臨時閉所中に
暴風警報が解除された場合は、
安全が確保され次第、開所し
ます 問合せ☎492-8845

“シルバーと呼ばれたくない仲間たち”

7月事業

施設見学

“東北部クリーンセンター
に行こう！”

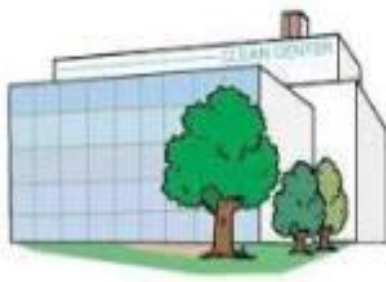
＜施設の特徴＞

○全国一クリーンな施設

公害防止においては、全国一
厳しい排ガス自主基準を定め
これを達成するために最新の
排ガス処理設備を採用。

○ごみのエネルギー変換

高温高压蒸気を用いた発電に
より、センター内の電気に活
用するなど、焼却の際に発生
するエネルギーを回収・利用
する「サーマルリサイクル」
により、CO2削減に寄与。

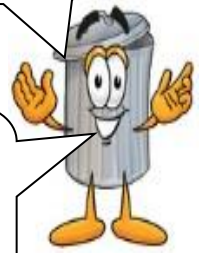


○周辺の自然環境との調和



敷地の約80%を保全緑地として残
し、建物や周辺にも緑を施すなど、
自然環境との共生を目指した施設。

ほく
ダストBOX



皆さんで
考えてください。
環境問題！
エコについて…



バスの送迎が

あります！

集合：午前9時30分

北老人福祉センター

到着：午前10時

東北部クリーンセンター

終了：正午／東北部

クリーンセンター出発

解散：12時30分

北老人福祉センター

雨天決行

お問合せ

北老人福祉センター

☎492-8845

開催日時：7月30日（木） 集合時間：午前9時30分

集合場所：北合同福祉センター1階エレベーター前（3階／北老セン）

※暑い時期ですので、水分補給のため、各自でペットボトルのお茶や水など、
をご用意ください。

★定員

申込受付 7月1日（水）～ 7月14日（火） 30名

※参加希望の方は、直接北老人福祉センター事務室まで来所し、申込み
ください。定員を超えた場合は、抽選にて決定します！

参加決定者には、17日（金）までにセンターより電話にて通知します。

電話の無かった方は抽選もれとなります。あらかじめご了解ください。

5月の事業

“右京・広沢池から
大覚寺付近を歩く”

今回は、いつもより参加者さんが
少なくなりましたが、皆さんで楽
しく新緑に染まった広沢池から大
覚寺までを歩きました。天候・気
温もウォーキングには最適で、コ
ースも予定していた時間より少し
早く進み、皆さん元気に終了、解
散となりました！

「お疲れ様でした！」



報告

お知らせ

★来月8月事業は、

25年9月に実施し、好評だ
った「サントリービール工場」の

見学を予定しています。

前回参加されていない方を優先とさ
せていただきます。

あらかじめ、ご了承ください。

