

# 北老人福祉センター

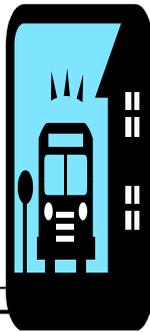


## ふれあいだより

### 2015年 10月



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。

### \*KITARO シネマのお知らせ\*

#### 「続小路きみまろ爆笑！エキサイトライブ」

日時：10月30日(金) 午前10:30  
 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。

### \*\*お知らせ\*\*

北老人福祉センター

## 「同好会合同発表会」10月開催!

- 作品展示：10月28日(水) 29日(木) 30日(金)  
会場：地域交流サロン“たまりば” TAMARIBA
- 舞台発表：10月30日(金) 31日(土)  
会場：北老人福祉センター

※ 内容・時間等のお問合せは、北老セン事務室まで!  
 昨年度は開催中止とさせていただいた発表会、1年間温めていただいた成果=エネルギーを、今年度の作品展示・舞台発表で存分に発揮いただきます。「乞、ご期待!」  
 5同好会・1講座の**力作!** 作品展示をご覧ください。  
 15同好会・2つどいの皆さんの**熱気あふれる**…舞台発表をお楽しみください。

「多くの皆様のご来場をお待ちしております。」

#### 【作品展示】 出展予定の同好会

和紙ちぎり絵、手芸、小物編物、色えんぴつ画、五行歌/心の詩会、紙漣アート(講座)

#### 【舞台発表展】 出演予定の同好会

なつメロ、カラオケ、楽しい童謡唱歌、ソングフレンズ煌き、民謡、謡曲、健康歌謡舞踊  
 フレッシュダンス、フォークダンスA、フォークダンスB、楽しい体操A、楽しい体操B、太極拳  
 健康レクリエーション、ゆかいな運動、KITARO歌声キッサ・パフォーマンスクラブ(つどい)

- 子ども体験コーナー
- 福祉体験・相談コーナー
- ボランティア交流コーナー
- 地域福祉の紹介コーナー
- 飲食・喫茶コーナー
- 光る影絵(11:00~11:40) むむのこライブ

まる1日親子で  
 楽しめる催しが  
 いっぱい

連絡先

354-8735

### 共につくろうきょうの絆



## 福祉 ボランティア

## 社協 フェスタ

2015年10月

18日(日)

入場無料

時間：10:30~15:00

会場：ひと・まち交流館 京都



イサ!

## カエルキャラバン!

(詳しいプログラムは、次号に掲載します。)

“シルバーと呼ばれたくない仲間たち”

\* 専門ガイドさん  
の案内で巡る

10月事業

## 「京都御苑歴史散策」



暑かった夏も終わり、ようやく爽やかな初秋が訪れました。

皆さん何度か訪れた場所「京都御苑」

四季折々にやすらぎと歴史を感じさせてくれる「京都御苑」

京都の歴史を語る上でかかすことのできない「京都御苑」

日本の歴史の1ページをつくり、時代を見つめてきた「京都御苑」

専門ガイドさんの案内で「京都御苑」の新しい発見をお楽しみください。



申込受付開始

9月28日(月)～

**先着順!**

定員になり次第締め切ります!!

開催日：10月17日(土)

集合時間：午前9時45分

集合場所：地下鉄「丸太町駅」北改札口前

参加費：100円

**雨天決行**

募集定員：30名 **先着順**に受付けます!

☎電話での申込みは受付けできません。

ご本人が直接、北老セン事務室に来所してお申込みください!

※先着順に受付けますので、申込み後、何らかの事情で辞退される方は、早めに北老セン事務室までお電話又は来所にてお知らせください。

### <案内>

集合：午前9時45分

地下鉄「丸太町駅」

北改札口前

京都御苑「閑院宮邸跡」10時出発

専門ガイドさん3名の案内で3班

に分かれて、園内を散策ウォーキング。

ガイドさんのお話に、きっと新しい発見、知識の広がりになると思

います。ぜひご参加ください!

お問合せ：北老人福祉センター事務室 ☎492-8845

### 【8月事業】施設見学



「サントリービール工場に  
行って来ました!」

個人ではなかなか行く機会のない

「サントリービール工場」見学、天

候は台風の影響もあり、あいにくの

雨となったが、申込まれた皆さん参

加いただき、熱心に工場案内に耳を

傾けていただきました。広い館内を

案内いただいた後は、皆さんお待ちかねの「試飲タイム!」出来たて

の飲み物に「おいし〜い!!」皆さん雨の中、参加した甲斐がありましたね・・・お疲れ様でした。

### 予告 11月事業のお知らせ

京都鞍馬散策ウォーキング

11月27日(金)

利用者の方から鞍馬方面への

散策ウォーキングの企画希望

が寄せられました。紅葉の良い

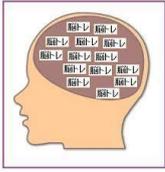
時期に実施したいと思います。

**紅葉のトンネルお楽しみに!**

# 介護予防しましょう！

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



## いきいき広場

脳活体操



当日先着30名

毎月1回開催

毎月第4/水曜

北老人福祉センターでは、後期10月より  
北区地域介護予防推進センターと  
新たな共催事業

「いきいき広場/脳活体操」を

実施します！

当センターでは現在、センター主催の  
健康ひろばパート1・パート2を実施中、  
このひろばとは異なり、共催事業とし  
イスに座ったまま無理なく行う、

「ゆる〜い体操」と

認知症予防のための脳の運動

「脳トレ体操」を同時に行います。

立ったまま行う体操や

KITARO ハッスルマッスルで行う

筋トレが「キツイなあ〜」と感じている方は  
ご参加ください。

【開催場所】北老人福祉センター/娯楽室東西

【内 容】申込み不要

定員：当日先着30名

時間：午後1時30分～(60分)

※当日受付：午後1時10分～



北老人福祉センター事務室

問合せ：☎492-8845

# 10月28日(水)より スタート！

紫野児童館&北老人福祉センター

## ふれあい卓球大会

9月12日(土)/午後2時～

開催！



「ほのぼのと交流しました。♥」

涼しくなって…

過ごしやすい、動きやすくなった

「秋から何かはじめたいなあ…」と思ったら

北老人福祉センターをのぞいてみてください。

ハツラツとした活発で元気な声、

笑いが飛び交っています。

■随時入会できる同好会

■申込不要の介護予防事業

■単発の講座や外出事業などなど、  
盛り沢山の取組、事業を実施しています。

まずは、10月28日(水)～30日(金)

開催する「作品展示会」

10月30日(金)、31日(土)の

2日間開催する「舞台発表会」を

ぜひ、ご覧ください。

詳しいお問合せは、

北老人福祉センター事務室まで

お気軽に来所または、お電話ください。

☎492-8845

※発表会のプログラム、詳しいお知らせは、

11月号ふれあいだよりに掲載！