

北老人福祉センターふれあいだより

令和元年（2019年）

発行：(福)京都市社会福祉協議会

京都市北老人福祉センター

京都市北区紫野雲林院町 44-1

(北大路堀川西入約 150m北側

TEL・FAX 492-8845

～ホームページ、QRコードでも情報提供中～

<http://sukoyaka.hitomachi-jp/kita.html>

北合同福祉センター3階

北図書館の上)



【老人福祉センターの利用案内】

老人福祉センターでは、高齢者の皆さんが、健康で明るい生活を送っていただけるよう、生きがいづくり、仲間づくり、健康づくりを応援しています。

- ☆ 同好会やボランティア等の自主的な活動を支援
- ☆ 筋トレや脳トレ等で高齢者の介護予防を推進
- ☆ 趣味や暮らしと健康に役立つ講座を実施
- ☆ いつでも、だれでも気軽に参加できるつどいを開催
- ☆ 生きがい、社会参加、暮らしに関わる相談 等

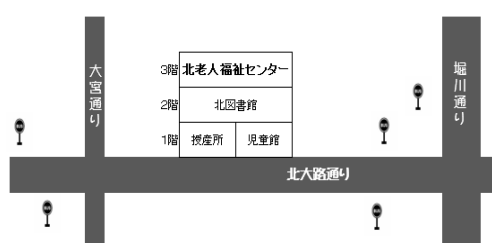
《利用条件》京都市内在住 60歳以上の方

《利用料》無料（必要に応じて教材費等の実費負担あり）

《開所時間》午前9時～午後5時

《休所日》日曜、祝日、年末年始

マップ・アクセス



市バス北大路堀川又は大徳寺前
下車徒歩約2分

※ 駐車場はございません。また駐輪場が狭いため、可能な限り、公共交通機関をご利用ください。

事業紹介

北区地域支え合い活動入門講座

日時：12月6日(金)午後1時30分～

場所：倶楽室 持物：筆記用具 定員：30名

日常生活に何らかの困りごとや不安を感じられたり、生きがいを失い孤立を感じておられる高齢者も少なくありません。そのような中で、住み慣れた地域で笑顔で暮らし続けるために、日常生活を身近な方々で見守り支え合い、人と人とのつながりの輪を広げる取組が「地域支え合い活動」です。

本講座では、地域の高齢者を支えるボランティアについて基本的な知識や具体的な活動をご紹介します。あなたの趣味や特技・経験を活かして、できることを一緒に考えてみる機会にしませんか？

問合せ：北区地域支え合い活動創出コーディネーター ☎441-1900 北区社会福祉協議会内

同好会合同発表会

11月29日(金)		11月30日(土)	
発表時間	同好会名	発表時間	同好会名
10:00～	楽しい体操 B	10:30～	楽しい童謡唱歌
10:15～	楽しい体操 A	11:00～	ソングフレンズ煌き
10:30～	うたごえ	11:30～	フレッシュダンス
11:00～	健康歌謡舞踊	11:40～	太極拳
13:00～	カラオケ	12:15～	キタエちゃん体操
13:40～	なつメロ		
14:20～	フォークダンスK フォークダンスA		
14:45～	ゆかいな運動		
15:05～	民謡		

紫野児童館、北警察署との連携協働事業

チャレンジスタンプラリー

～高齢者と子どもの交通安全交流～

12月27日(金) 午前10時～

子ども達のサポートをしていただける方を募集いたします。

参加いただける方は、12月14日(土)までに北老セン事務室にお声かけください。

- ・おしぼりでかわいい動物づくり
- ・折り紙でコマとお相撲さんづくり
- ・交通パトカー乗車体験
- ・スタンプラリーでお土産 get など



『折り紙しま専科』

日時：12月5日(木) 午前10時～12時

講師：伊東 和代氏

定員：15名(11月22日(金)より先着順)

持物：のり、はさみ

材料代：100円

Xmasリースを作ります。

同好会世話人会のお知らせ

12月9日(月) 午後1時30分～

来年度に向けて申請の説明等をさせていただきます。世話人のご参加をお願いいたします。

- ① 令和2年度高齢者自主活動に伴う利用申込書兼事業計画について
- ② 令和元年度高齢者自主活動に伴う会計報告書(収支決算書)について
- ③ その他

※ 世話人の方が出席できない場合は、代理の方の出席をお願いいたします。

令和元年

年末の交通事故防止府民運動

運動スローガン

「古都の暮れ 気遣う心と 待つゆとり」

実施期間

12月1日(日)～12月20日(金)

KITARO 「やわらか頭教室」

「簡単な音読や計算ドリル」と「脳トレしながら体を動かす」、この2つを組み合わせで行います!

対象：65歳以上の方

期間：1月～3月(3ヶ月間)

日時：毎月第1・2・3・4木曜日

A：午前 9時30分～10時30分

B：午前 10時45分～11時45分

(祝日の場合は休みとなります。)

定員：各12名

会場：ホール

教材費：ドリル・テキスト代：500円

申込 来所で、11月21日(木)～12月11日(水)
発表 12月20日(金)

※定員を超える場合は推進センターで抽選

※定員に満たない場合は発表と同時に2次募集

KITARO 「ハッスルマッスル」

マットを使った柔軟体操、筋力アップ体操です!

対象：毎回参加できる65歳以上の方

期間：1月～3月(3ヶ月間)

日時：毎月第1・3火曜日午前

A：午前9時50分～10時50分

B：午前11時～12時

毎月第1・3水曜日午後

A：午後1時30分～2時30分

B：午後2時40分～3時40分

(祝日の場合は休みとなります。)

定員：各28名

会場：娯楽室東/西

申込 来所で、11月26日(火)～12月11日(水)
発表 12月17日(火)～12月20日(金)

※定員を超える場合は推進センターで抽選

※定員に満たない場合は発表と同時に2次募集