

北老人福祉センターふれあいだより

令和2年（2020年）

発行：(福)京都市社会福祉協議会

～ホームページ、QRコードでも情報提供中～



京都市北老人福祉センター

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

京都市北区紫野雲林院町 44-1

北合同福祉センター3階

(北大路堀川西入約 150m北側)

北図書館の上)

TEL・FAX 492-8845



【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

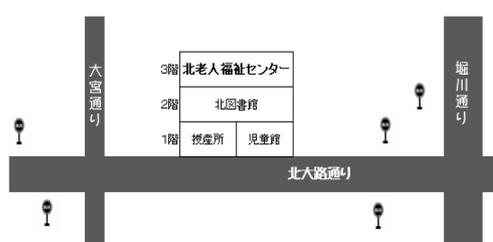
《利用条件》京都市内在住 60歳以上の方

《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

北老センと関係団体が力を合わせて！今後毎月開催！していく

つどい まなび ふれあう つながるサロン

～気軽に集い、為になる話を聞き みんなでお喋りしながら、楽しく交流しませんか～

日時 2月8日（土）午後2時～3時30分

会場 娯楽室東/西

内容 お話しタイム（講師：歯科医師 吉田 豊克氏（吉田歯科クリニック））

「知って損なし！口の中の加齢変化」

みんな同じように年は重ねますが、何故か“いつまでも若々しい人”っていますよね？体力維持・食生活を正しくなど若々しく保つコツはありますが、今回、口の中に焦点を当てて、加齢による歯や唾液量の変化など、歯医者さんが分かりやすくお話ししていただきます。

お喋り交流タイム（お飲物は各自ご用意ください）

講師と一緒に、みんなでお喋りして（質疑応答、情報交換含む）、楽しくふれあい交流

相談タイム（時間の許す限り）

講師に個別相談したいことがあれば順番に相談に応じます（申込時に事務所に相談内容をお伝えください）。

定員 40名（申込順） ※ 地域住民の方もご参加いただけます。

『認知症サポーター養成講座』

認知症を正しく理解して、認知症の方や
そのご家族が地域であんしんして暮らせる
まちであるために、認知症について基本的な
ことを学び、地域で私たちにできることを
考える講座です。

日時 1月30日(木)
午後1時30分～午後3時

定員 40名(申込順)

※本講座は同好会世話人および会員を対象と
する研修を兼ねていますので、1名以上の
参加(これまでに受講したことがない方)を
お願いします。

※地域住民の方もご参加いただけます。

4月からの同好会会員募集

同好会名	曜日	時間
色えんぴつ 画	第1金曜日	10時～正午
楽しい体操 A	第1・3 金曜日	10時～ 11時30分
楽しい体操 B	第2・4 水曜日	10時～ 11時30分
フレッシュ ダンス	第1・3 水曜日	10時～ 11時30分
太極拳・入 門	第2・4 火曜日	14時50分 ～16時
雑学クラブ	第1木曜日	10時～正午

『スマホ交流会』

日時 2月13日(木)
午後1時30分～2時30分

定員 20名(1月16日から申込順)

内容 スマホを使っている方向士で疑問点
や悩みなど気軽に話し合いながら情報
交換の場を作ります。アドバイザー
(CITA会)に対応いただきます。

費用 無料

持物 スマートフォン・筆記用具

対象 市内在住60歳以上の方
会費 半年3,000円上限(材料費除く)
申込 1月21日(火)～2月19日(水)
(応募多数の場合は抽選)

その他 お茶、五行歌、健康歌謡舞踊、フォークダンス、ゆかいな運動、楽しい童謡唱歌など、
随時募集をしている同好会もあります。詳しくは、事務所までお問い合わせください。



北老人福祉センター事業運営ボランティア募集♡

北老人福祉センターでは、当センターの事業等のお手伝いをしていただける方を募集しています。詳しくは、事務所にお問い合わせください。

募集期間 令和2年2月3日(月)から2月28日(金)

活動内容 ①北老セン事業の運営のお手伝い、②北老センから依頼のあった事業の内容に関する提案、③北老センや北老セン事業等の広報、PR活動のお手伝いなど

募集人数 10名程度

申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ事務所まで持参ください。

申込条件 ①北老セン利用者、②月1、2回、1回2～3時間程度の活動が可能であること、
③当センターの注意事項を遵守して活動できること

なお、当センターが実施する「申込書提出後の事前面談」及び「ボランティア研修」は、必ず受けてください。

発表方法 事前面談を経たうえで事務所からお伝えします。

活動開始 活動開始は、発表後、事務所からお伝えします。

