

# 北老人福祉センターふれあいだより

京都市北老人福祉センター  
〒603-8214

# 8月号

ホームページ  
QRコードでも  
情報提供中



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 075-492-8845

令和2年(2020年)7月発行

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

## ご利用の皆さまへ～お知らせ～

- 「盆ダンス打合せ会」  
8月8日(土) 10時～11時  
盆ダンスは人気があり、参加人数が非常に多く、感染予防の対策を講じる必要があります。9月からの再開に向け参加方法などを一緒に検討いたしましょう。
- 「トランプ」はしばらくお休みします。

**マスクの着用**  
**ハンカチ・タオル持参**  
**はだし禁止**  
**靴下の着用**  
**ご自宅での検温**  
感染症拡大防止にご協力ください

- 現在活動が再開できていない同好会へは順次活動再開の条件を世話人に説明します。説明を受けた後、同好会内で調整していただき、活動の方向性をセンター所長へ報告してください。



つどい まなび ふれあう『つながるサロン』

## 北区地域支え合い活動入門講座

日	時
内	容

8月27日(木) 午後1時30分～3時

高齢者の「ちょっとした困りごと」のお手伝いなど、生活支援に関する知識や活動を始める際に役立つ情報を提供する講座を開催します。

ご自身の力を支え合いに活かしたい方、高齢者に関わるボランティアに関心がある方など、地域の支え手としてご活躍いただける方の受講をお待ちしています。

※新型コロナウイルス感染症の感染予防対策のため開催時間を短くする場合があります。

定員	10名(先着順)	会場	娯楽室東/西
持物	筆記具、水分補給の飲物	申込	電話または来所で
問合せ	北区地域支え合い活動創出コーディネーター(Tel441-1900 北区社会福祉協議会内)		
共催	北区地域介護予防推進センター、高齢サポート鳳徳、北区社会福祉協議会		

## 台風接近時

のセンターご利用について

- 午前7時現在、京都・亀岡地域に「暴風警報」又は「特別警報」が発令中の場合、臨時閉所します。
- 開所中に「暴風警報」又は「特別警報」が発令された場合は、すべての事業を中止し、センターを臨時閉所します。
- センターからは事業の中止や再開の連絡はいたしません。ご不明な場合は、センターへお問合せください。

8月から再開します!

## 脳活体操いきいき広場

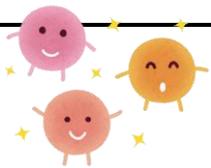
椅子に座ってゆるい体操と脳トレ、認知症予防に取り組みます。

※参加希望の方はお問合せ下さい。

日時 8月26日(水)  
午後1時30分～2時30分

会場 娯楽室東/西  
持物 水分補給の飲物  
問合せ 8月15日(土)までに電話・来所で  
共催 北区地域介護予防推進センター

9月14日(月)  
「おなかビンゴゲーム!」今日から始める健腸生活



10月12日(月)  
「血管年齢測定会」  
放っておけないサイレントキラー

11月9日(月)  
「容器工作」  
サンタとトナカイを作りましょう!

12月18日(金)  
「腸年齢チェックシート」健康の秘訣はすこやかな腸から

時間 10時30分~11時30分  
定員 先着20名(定員に達し次第締切)  
内容 健康スタンプラリーに参加しませんか? 12/18の最終回を含め3回以上参加の方にプレゼントを用意!

講師 近畿中央ヤクルト販売株式会社 森 美幸氏

材料費 11/9参加者のみ当日100円

申込期間 8月11日(火)~9月8日(火)まで、電話または来所

ご注意 1回目に参加できない方も上記期間内にお申込みください。

会場 娛樂室東/西

## 同好会会員募集

### 「太極拳入門」

健康と体力の維持・向上を目指します

日程 第2・4火曜 午後2時50分~4時

対象 初めての方、初心者 会費 月500円

### 「英会話入門」

仲良く楽しく英会話を学びます

日程 第2・4火曜 午前10時~11時30分

対象 初心者 会費 月500円

○マスクは必ず着用してください。

○上履きやスリッパ(靴下)、ハンカチやタオルは各自お持ちください

○来所前には検温し平熱より高い場合、咳や風邪症状のある方はご利用いただけません

○来所・退所時及び適時、手洗い又はセンター設置の消毒液にて手指の消毒を行なってください

※拒否及び職員の指示に従っていただけない場合、ご本人及び他の利用者への感染の可能性を高めてしまう迷惑行為と判断し、利用をお断りさせていただきます  
(活動の条件)

○人との間隔はできるだけ2m(最低1m)空ける(長机であれば1台につき1人か2人)

必要により入れ替え制、又は参加者を減らす

○換気しながら行う

○開催時間の短縮

### センターご利用の条件

**お知らせ** 同好会等作品展(10月)・合同発表会(11月)及び市民すこやかフェア(11月、みやこめっせ)は中止になりました。

## 北老人福祉センターご利用案内

老人福祉センターでは、高齢者の皆さまが、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、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

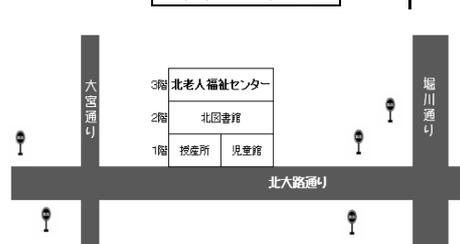
利用条件 ●京都市内在住60歳以上の方

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」または「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。