

北老人福祉センター

ふれあいだより

2012年 12月号

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、または
北大路堀川、下車
徒歩5分
「北図書館」上
3階です

*老人福祉センターは、市内在住で60歳以上の方ならどなたでも、お住まいの行政区関係なくご利用いただけます。

★11月29日(木) 同好会合同「見学発表会」開催!

★★11月29日(木)・30日(金)
「作品展示会」ホールにて開催!

毎年恒例になっておりました北老人福祉センター合同発表会を、今年度より教室・同好会合同「見学発表会」とあらため、11月は舞台付娯楽室東西を利用した4グループの見学発表会、年明けて2月16日は、ホールを利用して活動されている教室・同好会を中心に、11グループの見学発表会を開催することになりました。センターだより他、広報を使って「北老セン」を一度も利用した事のない方々にも、目に届くよう広く周知し、多くの皆さんに見に来ていただき、新規利用のきっかけづくりになればと、ゆっくりと見て聞いていただけるように考えた発表会です。

★★11月29日・30日の2日間開催 (30日は午後3時まで)



「作品展示会」

和紙ちぎり絵同好会
手芸同好会
小物編物同好会
色えんぴつ画同好会
他、




「物づくり講座」の作品や利用者の方々の優れ物展示コーナーを設け、盛り沢山の作品展示です。

★11月29日 開催 午前10時40分～午後3時40分



同好会合同「見学発表会」

カラオケ同好会
なつメロ同好会
謡曲同好会
民謡同好会
と、




発足26～29年と、長く続けてきたベテラングループの皆さんの発表会です。自慢のノドをお楽しみください。

☆☆☆11月29日(木)の「見学発表会」のゲストには、何と驚き!?

皆さんよくご存知の懐かしの名俳優「故：高田 浩吉さん」のお嬢様で女優・歌手としてご活躍の「高田 瞳さん」が中心にボランティア活動されています皆さまと一緒に来所、歌と舞踊の華麗なステージを披露くださいます。間じかで見ることの出来ない7口の皆さまの多彩な芸術を、この機会にご覧いただけます。当日を楽しみにご来場ください!!

『物づくり講座』 開催日時：12月14日(金) 午後1時30分～4時 場所：教養室

お正月のお飾りにお使いいただける

「造花・おもと」づくりに挑戦いただきます。

玄関のチョットとしたところに置いて飾っていただいても、お正月らしい、かわいいアクセントになると思います。



持ち物：ハサミ・ボンド
カッターナイフ・小さな鉢
発泡スチロール・絵筆・器
ヘラ・お手拭き・エプロン
(器は絵具を入れます)

定員：15名 材料費：400円 申込受付：11月26日(月)～先着順 事務室までお申込みください。

KITARO やわらか頭教室

受講者募集！

平成25年1月～3月の3ヶ月間

(毎月4回・木曜日)

材料費500円



簡単な音読と計算 30分

優しい脳トレ運動 30分



の1時間です。

★Aクラス AM9:30～10:30

★Bクラス AM11:00～12:00

※A・Bのクラス分けは、こちらで行います。

*申込受付：12月1日(土)～先着順

北老人福祉センター事務室まで来所の上、お申込みください。

問合せ電話は、492-8845です。

KITARO ハッスルマッスル

☆申込不要・好評開催中！

*持ち物：バスタオル

体操は、マットを使った柔軟性・筋力アップのメニューが中心の筋トレ運動です。イスに座った、ゆるやかな体操ではありません。

どなたでも、ご利用いただけます。この機会に、体力アップ・筋力アップ、みんなで介護予防をしましょう！

★ハッスルマッスル AM 毎月第1・3 火曜日
AM10:00～11:00の①クールのみ

★ハッスルマッスル PM 毎月第2・4 木曜日
PM1:30～2:30と2:45～3:45の②クール

※事前申込みは不要ですが、使用する会場の都合上、どの開催日時も、26名を定員とします。予め、ご了承ください。

お問合せは、北老人福祉センター事務室まで
電話492-8845

北老人福祉センターオリジナル 健康ひろば「カラダ・リフレッシュ！」

★申込不要 (男女問わず参加自由)

開催日：毎月1回 第3木曜日 午後1時30分～

場所：娯楽室東西

講師：土田 謹一氏 (男の体操教室講師)

持ち物：フェイスタオル

いつまでも健康でハツラツと、元気に過ごすために「今からでも遅くない！」

カラダを少しでも健康的にきたえておきましょう。楽しく運動すること、美味しく食事をすること、とても大事ですが中身が肝心です。アレコレ含めた「健康ひろば」！！

10月17日(水)に開催した

「交通安全教室」参加された皆さんに、とても好評

をいただきました。

交通安全脳トレも交えて、楽しく歩行者の交通ルールを確認して行きました。質問タイムでは、センターに来られる



時、お買い物など、大半の行動を自転車で行っている方も多く、自転車での交通ルールの確認もされました。北老人福祉センターでは、北警察署と協力して高齢者の交通事故防止に努めたいと思います。

「センターからのお知らせ」

- 12月22日(土)北老セン「Xmas イベント」のため、9時から12時20分までは、卓球S・囲碁・将棋の利用はできません。
- 12月28日(金)は、センター年末大掃除のため、事業の開催はすべて休止といたします。
- 12月29日(土)～1月3日(木)まで年末年始休所となります。
- 1月4日(金)より通常どおり開所、ご利用いただけます。

北老人福祉センター
“シルバーと呼ばれたくない仲間たち” 事業企画委員会
共催事業

12月事業

北老センXmasイベント



クリスマスを楽しもう！

Xmas

アカペラコンサート



＜開催日時＞

12月22日（土）
午前10時～正午

＜場所＞

北老人福祉センター
娯楽室東西

京都産業大学アカペラサークル「ピュアボイシーズ」

*若い大学生のみなさんのフレッシュな美声をお楽しみください。

Xmas

サンタクロースお楽しみ！？パフォーマンス



北青少年活動センターサンタプロジェクト

*青少年ボランティアの方々に北老センの「Xmas イベント」を盛り上げていただきます。

主催

“シルバーと呼ばれたくない仲間たち” 事業企画委員会

「親睦・交流昼食会」

「北老セン Xmas イベント」に参加いただき、“シルバーと呼ばれたくない仲間たち”の事業に、興味をお持ちの皆さんにお集まりいただき、今後の活動に向け、より多くの皆さんと事務局スタッフが交流を図り親睦を深め、事業の発展に生かして行けたらと考えています。

5月の発足イベントをスタートとして、11月まで7回の事業を開催して来ました。これまでの事業に参加くださった皆さん、ぜひ、この機会に、楽しい交流・忘年会にもご参加ください。

申込受付 ☆12月3日（月）～12日（水）まで、先着順に受け付けますが、5月から11月までの事業に参加された方を優先いたします。

定員 25名 会費 2,000円（食事代のみ）

※会費は、申込み時に徴収いたします。都合により、申込みを取消す場合は、12月17日（月）までに北老セン事務室までお願いいたします。

事業企画委員会事務局
事務局担当：高木・中川
岡部・小林

＜集合＞

北老人福祉センター
イベント会場にて集合
（昼食会の参加者はイベント終了後、その場でお待ちください。）
12時30分→送迎車→
昼食会場「やまざき」
楽しい昼食会と交流イベント終了15時30分