



“シルバーと呼ばれたくない仲間たち”

事業企画委員会事務局

高木・中川

岡部・小林

## これからの活動

### 事業予定

#### 【講座】

#### 2月の開催事業

エンディングノートをつくろう！ ～自分らしい最後を迎えるために～ 介護編①

講師 はあとメール：ケアマネージャー 長谷川氏・ファイナンシャルプランナー 谷口氏

開催日時：2月28日（木） 午後1時30分～ 場所：北老人福祉センター教養室

定員：16名 参加費：100円・資料代：300円

自分のこれからを考えて、作っておきたいエンディングノート。

より良く今を過ごすために、将来設計のつもりで書いておけば便利な自分ノートに、もしも自分に介護が必要になったら・・・！？ 誰に…どんな風に介護してほしいか？などの介護ページを作っておくことも大切です。

自分のためにも家族のためにも、知っておきたい介護保険制度についてや、介護のアレコレを専門家ケアマネージャーの方に教えていただきます。

皆さんが知りたいこと、日ごろ疑問に思っていることなど、どんどん質問して勉強して、参考にしてください。皆さんの参加申込み、お待ちしております。

**参加申込受付** 1月28日（月）～2月13日（水）先着順

★詳しい問合せ・申込みは、北老人福祉センター事務室まで！ ☎492-8845

申込みは、ご本人が直接来所してください。

#### 3月の開催事業予告

健康洛楽ウォーク 「歴史と酒蔵の町・伏見散策」

開催日：3月29日（金） 集合時間：午前9時45分（時間厳守）※10:05発に乗車します！

集合場所：地下鉄北大路駅、改札口付近（北大路通側、南改札口）

募集定員：20名 見学料金（月桂冠・大倉記念館）：300円

**主な予定コース** 月桂冠・大倉記念館（見学）→長建寺→濠川沿い散策→高瀬川記念碑→寺田屋→黄桜・カッパカントリー（散策）

\*別途、必要な費用については自己負担（交通費他）

※参加者の募集の詳細については、「ふれあいだより」3月号に掲載します。



#### 12月の事業報告

★北青少年活動センター



★京都産業大学アカペラサークル

## 北老センXmasイベント

サンタお楽しみパフォーマンス  
バルーンアートで大人も  
子供もみんな大喜び！



紫野児童館児童さん達もいっしょに！



#### 交流昼食会

楽しいおしゃべり、歌にコーラス、童心に戻ってビンゴゲームと楽しい時間をみんなで共有できました。