

左京老人福祉センターだより



3月号

第295号 【令和6年2月20日発行】

〒606-8103 京都市左京区高野西開町5

☎:722-4650 FAX:707-7445

ホームページ: [左京老人福祉センター](#) で検索

LINE
公式アカウント

QRコード検索

ID:@713ijbpa



申込
必要

手芸ボランティア養成講座

★新規会員募集★



市内の高齢者福祉施設に行き、作品作りのお手伝いをする活動です。

毎月、和気あいあいとした雰囲気、作品作りを学んでいます。ぜひご参加お待ちしております。

- 期 間：4月～翌年3月 第4木曜
午前10時～11時30分
- 定 員：15名（先着順）
- 教材費：月550円
- 申 込：3/1(金)午前9時から受付開始
※センター窓口で受付（電話不可）



～交流・参加・学びの場～

スマホでつながるサロン

スマホの使い方でわからないことはありませんか。今回は、「メールの利用方法」についてです！

- 日 時：3月26日(火)
午後1時30分～3時
- 会 場：当センター 座敷
- 定 員：16名（先着順）
- 協 力：京都市地域ITアドバイザー会
- 持ち物：個人のスマホ、上履き、筆記用具
- 申 込：3/12(火)午前9時から受付開始（電話可）



申込
必要

公園体操 in 左京老セン

自由
参加

左京老セン内で公園体操を開催します！
仲間と一緒に体操しませんか！

- 日 時：3月8日(金)・22日(金)
午前10時30分～11時30分
- 会 場：当センター ホール
- 協 力：公園体操ボランティアリーダー
- 持ち物：上履き、飲み物、動きやすい服装
※但し、定員35名（先着順）

健康和太鼓講座

申込
必要

和太鼓を打ってみたい方、初心者の方大歓迎！
全身運動になりストレス解消できます。

- 日 時：4月12日(金)・4月18日(木)
5月10日(金)・5月16日(木)
午後3時～4時※4回参加できる方
- 会 場：当センター ホール
- 定 員：15名（先着順）
- 共 催：左京区地域介護予防推進センター
- 持ち物：上履き用運動靴、飲み物、タオル
- 服 装：動きやすい服装
- 申 込：3/22(金)午前9時から受付開始（電話可）
※先着順ですが、初めての方を優先します。

※医師から運動制限を受けている方は参加できません。



懐かしの名画上映会

自由
参加

- 日 時：3月23日(土)午後1時30分～
- 会 場：当センター ホール
- 持ち物：上履き、飲み物
※但し、会場満員の
際には入場不可
- 主 催：左京図書館
- 申 込：不要 年齢不問

申込
必要

布切りボランティア

不要な布を切って、お隣のテイサービスで使っていただきます。

布を切る簡単なボランティア活動です。
ご参加お待ちしております。

- 日 時：3月19日(火) 午前10時～
- 会 場：当センター 座敷
- 定 員：10名程度（先着順）
- 持ち物：布切ばさみ、エプロン、上履き、飲み物
- 申 込：3/5(火)午前9時から受付開始（電話可）



★未使用の布はありませんか★

お家で眠っている使用していないタオルや布地などがありませんか、お持ちください。

素材：綿100%（柔らかい物）に限る
お洗濯済の物もお待ちしております。

申込
必要

左京老セン歴史講座

「歩いて楽しむ “1200年の京都”」(講義)

京都の通りにゆかりのある歴史を月1回シリーズで学びます。
今回は「七本松通～烏丸通」です。ぜひご参加ください!!

- 日 時：3月1日(金) 午後2時～3時30分
- 会 場：当センター 座敷
- 講 師：永田 信一氏（元京都市考古資料館館長）
- 定 員：30名（先着順）
- 持ち物：上履き、飲み物、筆記用具
- 申 込：2/22(木)午前9時から受付開始（電話可）

申込
必要

タオル体操

- 日 時：3月1日(金)
①午前 9時30分～10時30分
②午前10時45分～11時45分
 - 会 場：当センター 座敷
 - 定 員：各20名(先着順)
 - 持ち物：上履き、飲み物、タオル2本、動きやすい服装
 - 共 催：左京区地域介護予防推進センター
 - 申 込：2/24(土)午前9時から受付開始(電話可)
- ※医師から運動制限を受けている方は参加できません。

申込
必要

コアバランスエクササイズ

- 日 時：3月15日(金)
①午後1時30分～2時30分
②午後2時45分～3時45分
 - 会 場：当センター ホール
 - 定 員：各20名(先着順)
 - 持ち物：上履き用運動靴、飲み物、動きやすい服装
 - 共 催：左京区地域介護予防推進センター
 - 申 込：3/1(金)午前9時から受付開始(電話可)
- ※医師から運動制限を受けている方は参加できません。

申込
必要

らくらくエアロビクス

- 日 時：3月19日(火)
①午後1時30分～2時30分
②午後2時45分～3時45分
 - 会 場：当センター ホール
 - 定 員：各20名(先着順)
 - 持ち物：上履き用運動靴、飲み物、動きやすい服装
 - 共 催：左京区地域介護予防推進センター
 - 申 込：3/5(火)午前9時から受付開始(電話可)
- ※医師から運動制限を受けている方は参加できません。

申込
必要

お口とからだのフレイル予防講座

今月の内容は、「口腔講座」です!
口腔ケアから健康づくりをしませんか

- 日 時：3月22日(金)午後1時30分～
- 会 場：当センター ホール
- 定 員：20名(先着順)
- 持ち物：上履き、飲み物
- 共 催：左京区地域介護予防推進センター
- 申 込：3/8(金)午前9時から受付開始(電話可)



申込
必要

季節の折り紙講座

今月は「ランドセル」を作ります!

- 日 時：3月15日(金)
午前10時～11時30分
- 会 場：当センター 座敷
- 定 員：35名(先着順)
- 持ち物：上履き、飲み物、折り紙
- 申 込：3/2(土)午前9時から受付開始(電話可)



しっかり脳トレ

申込
必要

- 日 時：①3月1日(金) ②15日(金)
午前10時30分～11時30分
- 会 場：当センター ホール
- 定 員：各20名(先着順)
- 持ち物：上履き、飲み物、筆記用具
- 申 込：2/22(木)午前9時から受付開始(電話可)



介護、福祉、ボランティアに関する専門相談

申込
必要

～なんでもお気軽にご相談ください～

左京ケアプランセンター、左京区社会福祉協議会及び左京ボランティアセンターの専門職が様々な相談に応じます。

- 場 所：当センター 相談室
- 申 込：相談希望者は事前に当センターへご予約ください。
- 問合せ：当センター 職員

お知らせ

自由
参加

左京区社会福祉協議会では、毎月「おれんじサロンマキョウ」を開催しています!

おれんじサロンは認知症の方やそのご家族、地域の方々が気軽に集う場所です。コーヒーや茶菓子と一緒におしゃべりを楽しみませんか。

- 日 時：3月14日(木)
午後1時30分～3時
- 会 場：左京合同福祉センター3階
- 申 込：不要 自由参加
- 問合せ：左京区社会福祉協議会(担当:兼田、下出、中嶋)
☎723-5666



老人福祉センター利用者アンケートのご報告

令和5年12月4日(月)～16日(土)に下記の内容でアンケートを行い、回答数は380件でした。結果の詳細はセンター内掲示板に掲示しています。

質問項目

- あいさつやお声がけは、きちんとできていますか。
- 身だしなみは、業務にふさわしいものですか。
- 表情や態度は、感じが良いですか。
- 言葉づかいや説明は、親切でていねいですか。
- 説明は、的確で分かりやすいですか。
- 整理整頓は、行き届いていますか。
- 案内表示や広報紙、掲示物は、分かりやすいですか。

	たいへん満足	満足	不満	たいへん不満	無回答
1	159	216	3	0	2
2	157	219	1	0	3
3	173	203	2	0	2
4	176	201	1	0	2
5	162	211	4	0	3
6	161	217	0	0	2
7	148	229	1	1	1

(単位：人)