

一人ひとりが大切にされ、人と地域がつながる福祉のまちづくり



だれかの課題は
みんなの課題

とーく

100号

令和2年
11月



平成元年に第1号を発刊してから32年。「とーく」は100号を迎えました。
これまで、お役立ち情報や地域の活動のご紹介など身近な話題を誰もが
分りやすい記事となるように心がけ発行を続けてきました。
長岡京市の皆さんのキラキラした笑顔で人と地域がつながる福祉のまち
となることを目指しこれからも身近な情報誌を目指していきます。



とーく
100号
内容

- | | | |
|----------------------|---------------------------|-------------------------|
| ① 情報誌とーく100号発行記念クイズ | ⑤ 東地域包括支援センターからのお知らせ | ⑨ こんにちは! きりしま苑デイサービスです! |
| ② 地域福祉係からのお知らせ | ⑥ 第43回 障がい者児の人権を考える市民のひろば | ⑩ 「キャンパス」からのお知らせ |
| ③ 第69回 京都府社会福祉大会のご報告 | ⑦ 社会福祉協議会 会員募集の報告 | ⑪ 非常勤職員の募集 |
| ④ 寄付金品のご報告 | ⑧ 長岡京市共同募金委員会からのお知らせ | ⑫ きりしま苑からのとっておき情報 |

社会福祉法人 **長岡京市社会福祉協議会**

長岡京市社協

検索 で検索できます。

URL ● <http://www.nagaokakyo-shakyo.jp> E-mail ● info@nagaokakyo-shakyo.jp

長岡京市総合生活支援センター

〒617-0833 京都府長岡京市神足2丁目3番1号(長岡京市立総合交流センター2階)

- 長岡京市社会福祉協議会地域福祉係 ○長岡京市社協ボランティアセンター
○長岡京市障がい者地域生活支援センター「キャンパス」
○長岡京市東地域包括支援センター ○長岡京市災害ボランティアセンター
TEL (075) 963-5508 FAX (075) 963-5509

お掛け間違いのないようご注意ください。

【運営時間】午前8時30分から午後5時30分(日祝、年末年始は休業)
※相談受付は、午後5時まで。

長岡京市立地域福祉センターきりしま苑

〒617-0832 京都府長岡京市東神足2丁目15番2号

- 長岡京市社会福祉協議会総務係
TEL (075) 955-5601 FAX (075) 952-2597
○管理事業 ○デイサービス事業 ○ホームヘルプ事業
○居宅介護支援事業(ケアマネジャー)
TEL (075) 956-0294(代) FAX (075) 956-0290
○済生会病院売店

【開館時間】午前8時30分から午後5時30分(日祝、年末年始は休業)
※ただし、土曜日一般利用・団体利用はありません。

① 100号発行記念クイズ! ~クイズに答えて図書カードをもらおう!~

お申込・お問合せ きりしま苑管理事業 TEL. 956-0294 FAX. 956-0290



~問題~ 長岡京市における互助・共助の地域づくり 応援マスコットキャラクターの名前は?

○○○くん

正解者の中から抽選で20名の方に
図書カード1,000円をプレゼント!

応募方法 はがきに左下の応募券を貼り、①住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号 ⑤とーくの感想 ⑥クイズの答え
をご記入のうえ、ご応募ください。

あて先 〒617-0832 京都府長岡京市東神足2丁目15-2 きりしま苑 宛

応募締切 11月30日(月)消印有効 ※応募いただいた個人情報は商品の発送にのみ使用させていただきます。
当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

② 地域福祉係からのお知らせ

お問合せ 地域福祉係 TEL. 963-5508 FAX. 963-5509

あなたが考える

「5年後にめざしたい地域の姿」募集中です!

社会福祉協議会が市民のみなさまに呼びかけて一緒に作る「地域福祉活動計画」というものがあります。「自分たちのまちは住みやすいまち!」と自慢できることを、みなさんの力でもっと増やしていくことをめざすための計画です。

こんな活動が地域で取り組まれたらいいのに!5年後こんな地域になっていたら自慢できるな~という思いを、次のお題の「○○」と「○○」をうめて、お寄せください。

お題 長岡京市を5年後、○○で自慢できる地域にしたいので、
私たちは○○をします

送り先 総合生活支援センター

方法 メール info@nagaokakyo-shakyo.jp、ファクス、窓口にて

令和2年12月から コピー機が新しくなります

コピー機と印刷機(輪転機)を1台
ずつ備えていましたが、フルカラーコ
ピー機1台へと変更します。

価格や使用方
法、利用いた
だける団体等につ
いては11月中旬
頃、ホームペ
ジなどでお知ら
せします。



③ 令和2年度 第69回 京都府社会福祉大会のご報告

お問合せ 地域福祉係 TEL. 963-5508 FAX. 963-5509

今年度は、新型コロナウ
イルス感染拡大防止のため、式典の開催は中止とな
りましたが、長岡京市内の
団体・個人の方が数多く受
賞を受けました。

京都府社会福祉協議会会長表彰・感謝状授与

社会福祉事業特別功労者 ●島田 浩 ●三木 明子 ●森 美也子
●秋田 美佐子 ●西島 美佐子 ●津田 里美

ボランティア功労者 ●らふさぽーと
●長岡京市要約筆記サークル『エスペランサ(希望)』 順不同・敬称略

④ 寄付金品のご報告 令和2年8月1日~令和2年10月31日

お問合せ 総務係 TEL. 955-5601 FAX. 952-2597

長岡京モラロジー事務所	冊子、タオル多数
松田弘子	生活用品
長岡京市女性の会	古切手、古カード多数
都ユニフォーム	不織布足力バー(400枚)、女子制服

神足地区民生児童委員協議会	古切手多数
匿名	22,700円、腕時計
イオンスタイル京都桂川	ギフトカード 20,200円

順不同、敬称略



⑤ 東地域包括支援センターからのお知らせ

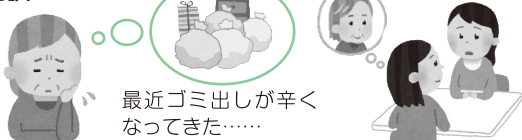
お問合せ

長岡京市東地域包括支援センター（基幹・強化担当） TEL. 963-5508 FAX. 963-5509

東地域包括支援センターでは、地域でのつながりづくりを一緒に考えます。
“地域お助けサポーター”が行く!!

① 相談 困りごと発生!

市内各地区の地域包括支援センターへ寄せられるこんな相談……



最近ゴミ出しが辛くなってきた……

② 連携

各地区の地域包括支援センターから地域での困りごとの解決を行う東地域包括支援センター（基幹・強化）に橋渡しします。



依頼内容、活動場所などの状況を聞き取り、地域の活動者に活動を依頼します。

③ 内容の打ち合わせ

- 相談者
- 各地区の地域包括支援センター担当者
- 地域の活動者
- 東地域包括支援センター（基幹・強化）担当者

以上の4者で顔合わせをして活動（お助け）内容の打ち合わせを行います。



④ 「お助け」スタート!

依頼者宅へ地域の「地域お助けサポーター」が訪問し、活動を行います。



生活支援コーディネーターときずな事業との取り組み

自治会のない地域でのつながりづくり



「おテラ、ミライのカタチ。」では子どもと大人が実行委員になり、自治会のない地域でのつながりづくりを実践しています。地域の方が気軽にお寺に集まれる工夫や交流などについて、民生児童委員さんや地域の方、地域包括支援センターと相談しながら取り組んでいます。

今年度は大人数で集まるのが難しいので、参加者の人数や入れ替わり制など、活動を続ける工夫を一緒に考えていきます。「秋まつり」では、地域の方と楽しく交流できました。

八条が丘自治会 ～横断的なつながりづくり

今年度、八条が丘自治会で活動する各団体が集まり、『横断的なつながりづくり』を共通目的として活動を始めました。第1弾は体操×多世代交流。大人も子どもも参加しやすいように夕方の開催という設定のなかで、介護予防と多世代交流をキーワードに近隣の介護保険事業所に体操指導の協力を依頼しました。毎日参加したくなる仕掛けや、事業所との連絡役などを担い、多世代交流の第1歩を踏み出しました。



⑥ 第43回 障がい者児の人権を考える市民のひろば

お問合せ

長岡京市障がい福祉課

TEL. 955-9549

FAX. 952-0001

すべての人々の人権が尊重される社会を築くため、一人ひとりが人権尊重の理念について理解を深め、正しい知識をもち、人権意識の高揚を図ることを目的としています。

日時 令和2年12月5日（土）
午前11時から午後3時30分

場所 長岡京市立中央公民館
講座室等・市民ギャラリーにて展示・販売を行います

同日開催 人権・男女共同参画フォーラム2020

金メダリスト内村航平選手の母!

内村周子さんによる講演会

時間 午後2時から
(開場午後0時45分)

場所 3階市民ホール

※事前予約制 男女共同参画センター“いこ～る”プラス
TEL. 963-5501 FAX. 963-5521

⑦ 社会福祉協議会 会員募集の報告

ご協力、
ありがとうございました。

今年度の社会福祉協議会の会員募集は、10月31日現在で総額5,875,538円の会費が集まりました。これらの会費は社会福祉協議会の貴重な自主財源となり、より身近できめ細かい福祉活動を展開するための資金として役立たせていただきます。

令和2年会員会費合計
5,875,538円

●内訳

自治会合計 3,563,101円 特別会員合計 1,075,000円
民児協計 71,500円 法人賛助会員合計 1,089,340円
事務局扱い計 76,597円



1 自治会 3,563,101円

(単位:円)

馬場古市(町)	208,350	舞塚	24,500	河陽が丘	50,000	小畑町	106,050
神足	50,000	陶器町	110,000	東山	10,000	グリーンフォート長岡京	5,000
開田	230,000	調子	105,000	泉が丘	40,000	勝竜寺	38,000
東台	229,700	友岡	303,100	中開田	41,000	久貝	89,400
長法寺	104,000	花山	81,500	北開田	75,300	開本	23,300
栗生	111,000	竹の台	33,500	新田	60,500	城の里	47,200
うぐいす台	46,000	つつじが丘	10,000	七ツ池下	24,500	南浦	31,500
今里	80,500	西片泓	23,200	八条が丘	68,650	古市(在)	150,000
畑ヶ田	86,300	奥海印寺	165,500	四ツ成	20,000	東和苑	41,500
薬師堂	11,000	金が原	41,400	エスロード長岡天神	22,101	井ノ内	85,650
田内	10,000	浄土谷	5,000	一文橋	35,100	滝ノ町	91,200
あかね林	60,200	太鼓山	30,800	明星水	9,400	西の京	66,700
	20,000	こがねが丘	5,000	柴の里	48,900		
	10,000	谷田	33,000	野添	53,600		

2 自治会未組織地区

今年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から従来の訪問でのお願いを控えております。未組織地域にお住まいの方からの会費については、事務局扱いとして受付けております。

自治会・自治会未組織地区に含む特別会員

(順不同・敬称略)

特別会員	2口	・匿名	・藤井 徹
	1口	・稲田 裕	・重国 弘
		・田村 フサノ	・守 敏幸
		・安田 弘	

3 長岡京市民生児童委員協議会 71,500円

4 事務局扱い(窓口直接届けていただいた会費) 76,597円

特別会員 (1口5,000円)

1,075,000円

(順不同・敬称略)

10口	・匿名 (3名)				
5口	・山本 弥生				
2口	・五十棲 恒夫	・黒崎 良吉	・山田 敦子	・山本 一弥	・匿名
	・岩崎 義典	・西野 美穂	・山地 正矩	・樋口 芳男	
	・黒崎 良子	・野々下 靖子	・山下 敏夫	・福岡 津世士	
1口	・足達 三重子	・石井 進	・井上 浩二	・今堀 正嗣	・梅垣 英世
	・厚地 基子	・板垣 美紀	・井ノ上 良浩	・(有)植幸田中造園	・大下 和徹
	・天木 米子	・市村 雅彦	・今井 民雄	・上羽 忠男	・大伴 純子
	・池田 裕子	・伊藤 信哉	・今作 商事	・内海 幸恵	・岡島 麻友美

1口

- ・小川食品工業(株)
- ・奥田英太郎
- ・奥田健二
- ・奥田里香
- ・尾崎伸悟
- ・小田豊
- ・おとくにエルダーケア・ボランティアの会
- ・(株)おとくに設計
- ・小野八重子
- ・折萩眞由美
- ・柿原晃
- ・梶原幸子
- ・上村智子
- ・川合裕之
- ・川上善子
- ・川ノ上秋
- ・川端岳雄
- ・川村雄一
- ・河村豊
- ・カンパニユラ
- ・北井和子
- ・木村靖子
- ・行政書士三木常照事務所
- ・京樂真帆子
- ・久貝信也
- ・國定てる子
- ・黒河奈緒美
- ・釧持良秀
- ・粉川忠司
- ・NPO法人こらねっと京都
- ・齋藤宏康
- ・斉ノ内一博
- ・坂内陽子
- ・佐々谷明光
- ・佐竹幸子
- ・澤田洋一
- ・嶋和子
- ・庄巧郎
- ・白石社会保険労務士事務所
- ・城田賢二
- ・神田英治
- ・進藤弘美
- ・新開弘二
- ・杉原睦美
- ・鈴木忠範
- ・住田恵照
- ・関喜多
- ・高田恵里佳
- ・高野周一
- ・高橋博
- ・高橋むつみ
- ・田阪スポーツ
- ・田中厚
- ・田中松代
- ・田端聖恵
- ・(有)田村
- ・田村啓子
- ・つき山クリーニング長岡店
- ・(株)辻工務店
- ・辻清酒店
- ・辻文具店
- ・土家篤
- ・坪内マンション
- ・寺嶋弘和
- ・土居浩之
- ・富岡友美
- ・富田純子
- ・長岡井筒屋畳店
- ・中川英樹
- ・中小路加代子
- ・中島早苗
- ・永田敏夫
- ・長谷忍
- ・中谷大介
- ・中原明子
- ・中村知行
- ・鍋島千裕
- ・名和淳史
- ・二階堂和信
- ・西小路博子
- ・西山石材商店
- ・能勢久子
- ・能勢泰人
- ・則武和夫
- ・秦谷耕平
- ・浜川良治
- ・林邦彦
- ・春田石油(有)
- ・ひがしや
- ・福澤秀夫
- ・福島規子
- ・福増久美子
- ・藤井徹
- ・藤田敏浩
- ・細平陽子
- ・堀上芳男
- ・松井勝正
- ・松浦葉子
- ・松岡佐紀子
- ・松本一男
- ・丸山隆男
- ・宮小路志乃
- ・宮崎隆弘
- ・三好俊昭
- ・村上裕司
- ・村田浩子
- ・望月夏奈子
- ・盛永俊弘
- ・森本恒治
- ・森脇佳子
- ・八木酒店
- ・安田博子
- ・やすらぎクラブ長岡京
- ・(有)藪内竹材店
- ・日本気功体操協会-山内式気功体操-
- ・山川智叶
- ・山口武彦
- ・山本和紀
- ・山本淳
- ・山本順子
- ・山本達也
- ・山本美也子
- ・山本美由紀
- ・(株)吉中建設
- ・ロビンガーデン
- ・綿谷順子
- ・渡邊まどか
- ・匿名(7名)

法人賛助会員 (1口10,000円)

1,089,340円

(順不同・敬称略)

10口

- ・森本医院

2口

- ・京都中央農業協同組合
- ・さいのうち医院
- ・整水工業(株)

1口

- ・アサワ医院
- ・足立医院
- ・あらぐさ福祉会
- ・安藤歯科医院
- ・安藤小児科
- ・稲田内科医院
- ・井上耳鼻咽喉科医院
- ・伊与田医院
- ・岩佐歯科医院
- ・(株)上木印刷
- ・うお寿
- ・岡村医院
- ・岡本税理士事務所
- ・乙訓産業(株)
- ・乙訓寺
- ・(福)乙訓福祉会
- ・小原内科・消化器科診療所
- ・オリックス・ファシリティーズ(株)
- ・(株)カーライフ長岡
- ・賀来歯科医院
- ・加藤歯科医院
- ・加藤歯科診療所
- ・(株)川浪住機
- ・関西地図協会
- ・(株)木村製作所
- ・くぼた医院
- ・(株)小森設計事務所
- ・済生会京都府病院
- ・(株)三光商事
- ・三尊寺
- ・サントリービール(株)京都ビール工場
- ・三洋興業(株)
- ・三和食品工業(株)
- ・(株)榮造園
- ・(株)シゲクニ
- ・下尾医院
- ・(株)シャーロン美容室
- ・(株)松栄堂長岡京工場
- ・(株)シライ
- ・新河端病院
- ・菅田医院
- ・(有)スマイルケア
- ・西濃運輸(株)京都南支店
- ・(株)西文堂
- ・千春会病院
- ・総本山光明寺
- ・(株)大栄建設
- ・(株)ダイセイ
- ・(有)ダスキン長法寺支店
- ・ちかやま医院
- ・(有)丁花園
- ・土井医院
- ・戸渡歯科診療所
- ・(財)長岡記念財団
- ・長岡京市管理職会
- ・長岡京市商工会
- ・長岡京市職員組合
- ・長岡京病院
- ・長岡京ゆう薬局
- ・(株)長岡自動車教習所
- ・(株)長岡自動車商会
- ・長岡電機(株)
- ・長岡天満宮
- ・(有)長岡美装社
- ・福)長岡福祉会
- ・ナカムラ(株)
- ・七岡内科医院
- ・日本アート印刷(株)
- ・(株)日本ブックス
- ・スガホンテクノロジー・ジャパン労働組合
- ・(株)ハウジングステーション
- ・(株)ハウスバンクインターナショナル
- ・畠中診療所
- ・パナソニックエイジフリーショップ京都乙訓
- ・ビコマ
- ・(株)藤井
- ・(有)ブラン
- ・(株)文京堂書店
- ・(株)増田医科器械
- ・みちはた小児科医院
- ・三菱製紙(株)京都工場
- ・(株)三宅工務店
- ・都ユニフォーム
- ・むらさき幼稚園
- ・(株)村田製作所
- ・(株)八木勝石材
- ・ヤサカ石油(株)
- ・山口歯科医院
- ・山下建設(株)
- ・(株)山本敏工務店
- ・横関整形外科医院
- ・(財)療道協会西山病院
- ・レンゴー(株)新京都事業所

⑧ 長岡京市共同募金委員会からのお知らせ

お問合せ 長岡京市共同募金委員会 TEL. 963-5508 FAX. 963-5509

12月1日から
始まります

～つながりささえあうみんなの地域づくり～

歳末たすけあい募金にご協力をお願いします。

「つながりささえあうみんなの地域づくり」をスローガンに掲げて、地域で福祉活動をされている人や団体への支援に活用されます。長岡京市で集まった募金は、長岡京市の地域活動のために使われます。ご協力よろしくお願いいたします。

★ 歳末たすけあい募金〔一般公募助成〕受付します ★

「歳末たすけあい募金運動」で集まった募金を、長岡京市で社会福祉活動をされているボランティア団体や市民活動団体等への支援を目的に助成します。公募要領は下記のとおりです。

募集期間 令和2年12月1日(火)～12月25日(金)

申請方法 申請書を長岡京市共同募金委員会(長岡京市社会福祉協議会)で受け取り、もしくはホームページにありますので必要事項を記入の上、下記事務局に提出してください。内容を審査し決定します。

助成内容 (A) 備品・物品購入費・・・1団体につき50,000円を限度。
令和3年3月31日までに購入が完了することを条件とする。(汎用性のあるものは対象外)
(B) 事業費・・・1団体につき50,000円を限度。
飲食費を除く、令和3年3月31日までの活動を対象とする。
なお、(A)(B)ともに、申請前に支払われたものについては助成はおこなえません。



～現在受付中の助成金～

「新型コロナウイルス感染症に負けない地域づくり事業助成」受付中

withコロナの社会における地域福祉活動の担い手であるボランティア団体・NPO等の新たな活動への移行や組織づくりを応援するために、『新型コロナのウィルス感染症に負けない地域づくり事業助成』を実施します。概要は以下の通りです。

募集期間 令和2年11月2日(月)～11月30日(月)

申請方法 申請書を長岡京市共同募金委員会(長岡京市社会福祉協議会)で受け取り必要事項を記入の上、下記事務局に提出してください。

助成内容 1団体につき上限20万円

審査方法 1次審査 書類審査
2次審査 委員会でプレゼンテーションを行っていただきます。

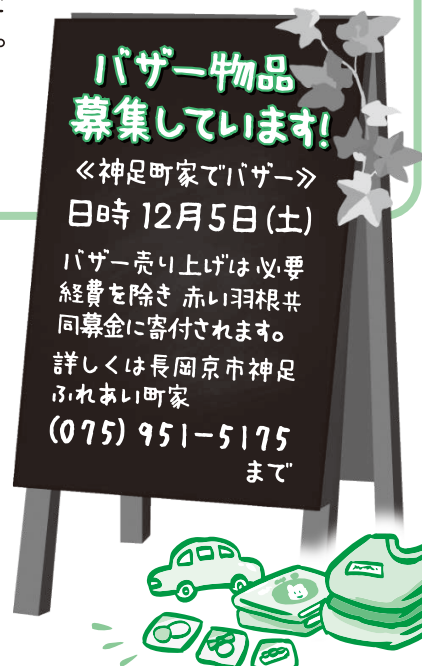
* 詳細につきましては長岡京市社会福祉協議会HP新着情報をご覧ください。か長岡京市共同募金委員会事務局(総合生活支援センター内)までお電話ください。



募金百貨店プロジェクトからのお知らせ

かねてから募金百貨店に参加してくださっている日本アート印刷株式会社が寄付付きの年賀状印刷を販売しています。印刷1枚につき1円の寄付になるものです。ご希望の方は

日本アート印刷株式会社 TEL958-3376 (担当 楠本) まで



⑨ こんにちは! きりしま苑デイサービスです!

お問合せ きりしま苑デイサービス事業 TEL. 956-0294 FAX. 956-0290

長岡京市の
最高齢

～107歳のご長寿さんにききました～



大橋さん プロフィール

- ★大正2年生まれ。
今年で107歳。
- ★趣味:人形作り
(市松人形)、
おしゃべり

Q1. 大橋さんはどのような子ども時代を
過ごされていましたか?

A1. 子どもの頃は家の商売をお手伝いしながら勉強に励む生活でした。女学校時代にはまだ神足駅(現在の長岡京駅)がなく、向日町駅まで自転車を漕いで、電車に乗り、学校に通っていました。途中、学校に通えなかった時期が1年半くらいあったので、もっと学校に通って勉強したかったなと今改めて思います。

Q2. 長生きの秘訣は何かありますか?

A2. 何も心配をしないようにしていること、好き嫌いせず何でもよく食べることで、すね。物事をあまり深く考えすぎず、心穏やかに生活しています。食事については、昔は好き嫌いがあったんですが今は何でも大好きで、なんでもよく食べます(笑)

Q3. 大橋さんにとって
きりしま苑はどんなところですか?

A3. 好きなことばかりさせてもらえる、今の生活の中で一番の楽しみです。歳を重ねるたびに生きる楽しみ、張り合いが段々と減りました。しかし、きりしま苑に来ると誰かとお話ができて、一緒にレクリエーションなどをすることによって生活に張りが生まれました。そんなきりしま苑はこれからも通い続けたいと思える場所です。

⑩ 「キャンパス」からのお知らせ

お申込・お問合せ 長岡京市障がい者地域生活支援センター「キャンパス」 TEL. 963-5508 FAX. 963-5509

★ピアカウンセリング

障がい当事者の目線・立場で相談や心のサポートをします。([ピア]は[仲間]=障がいのある仲間)

日 時	月曜日～木曜日、第2土曜日 午前10時から午後4時
場 所	バンビオ1番館2階 総合生活支援センター内

“真っ白な布に一人一人が思い描く夢や希望を実現していく”の思いを込めて開設した「キャンパス」も20年が経ちました。これまでも長岡京市にお住いの障がいのある人の相談支援やみんなで集える企画を行ってきました。これからも皆さんの気持ちに寄り添い、お住まいの地域で安心して過ごせるよう一緒に考えていけたらと思います。

●メールで繋がりをあえる!一人じゃないよ～。

piakan@nagaokakyo-shakyo.jp へ送信!

お気軽に
ご連絡
ください。



ピアカンつぶやき

先日、車いすです歩いていると…どこからか金木犀のいい香り。マスク越しでもしっかり季節を感じ心がホッとしました。皆さんの心がホッとするモノは何でしょう?寒い季節もしっかり暖を取って、密をさけて、体調崩さないように元気で過ごしましょうね。

⑪ 非常勤職員を募集しています。

長岡京市東地域包括支援センター

- 業務内容 認知症初期集中支援業務
- 必要資格 社会福祉士・精神保健福祉士・介護福祉士など国家資格。
かつ、認知症ケア又は在宅ケアの経験3年以上
- 勤務時間 午前9時から午後5時まで、週5日
- 賃 金 時給1,200円
- 問い合わせ 長岡京市総合生活支援センター TEL.075-963-5508

きりしま苑居宅介護支援事業所

- 業務内容 居宅介護支援業務
- 必要資格 介護支援専門員
- 勤務時間 午前8時30分から午後5時30分まで、週5日
- 賃 金 時給1,200円
- 問い合わせ きりしま苑居宅介護支援事業所 TEL.075-956-0294

⑫ きりしま苑からのとっておき情報

お申込・お問合せ きりしま苑管理事業 TEL. 956-0294 FAX. 956-0290



きりしま苑 フェイスブック

検索

フェイスブックに登録されていなくても、検索で情報を誰でも見ることが出来ます。いち早く情報をキャッチ！



きりしまステージ開催

新春を彩る素敵なきりしまの舞台！ 様々な演目を予定！

日時 令和3年1月13日(水) 午後1時30分から3時 *現在、出演者募集中! 11月18日(水)まで

要申込 全て無料!

子育て世代のとっておき情報 どの教室も親子でご参加いただける教室です

親子のスキンタッチ教室

日時 11月24日(火) 午前10時30分から11時30分

講師 SUN鍼灸院院長 篠原さん

対象 未就学児とその保護者 ☐ 申込 現在申込受付中

内容 スキンタッチとは、針や灸を使わずにどの家庭にもある身近な物(スプーン・歯ブラシ・ドライヤー等)を使って楽しくスキンシップしながら行う健康法です。

先着
10組

愛情フットケア ~足裏セルフマッサージ~

日時 11月25日(水) 午前10時から11時

講師 NPO法人子育てサークル虹色でんしゃ のださん

対象 未就学児とその保護者 ☐ 申込 現在申込受付中

内容 ママの心と体が癒される足裏セルフマッサージ。ママだけではなく、お子様にも効果のあるツボを紹介しします

先着
10組

「子育てミニ教室」

先着 各日10組

時間 午前10時30分
から午前11時

対象 おおむね生後3か月から3歳頃
までの子どもとその保護者

12/1(火)

「英語でハッピー!親子あそび」
~遊びから英語とふれあう~
11/17(火) 午後2時から受付開始

1/5(火)

「ベビー&チャイルドマッサージ」
~おやこでスキンシップ~
12/22(火) 午後2時から受付開始

おやこ喫茶 ~ママのしゃべり場~

先着
各日5組

日時 ①12月15日(火) 午前10時30分から11時30分

「私のこだわり~パン・ケーキ編」

②1月19日(火) 午前10時30分から11時30分

「一人っ子・兄弟児、どう育てる?」

講師 おやこのいっぽの会メンバー ☐ 対象 未就学児がいる保護者

申込 ①11月24日(火) 午後2時から ②1月5日(火) 午後2時から受付開始



Fab Music ~親子で英語ミュージック~

先着
10組

日時 12月16日(水) 午前10時30分から正午

講師 おやこのいっぽの会メンバー 塩見さん

対象 概ね生後3ヶ月頃から未就学児とその保護者

申込 11月24日(火) 午後2時から受付開始

内容 楽しい音楽と英語を通して、体を動かしてコミュニケーション! 親子ふれあい遊びをみんなで楽しみましょう。

クリスマス会 ~ちょこふあーむ&きりしま苑~

抽選10組

日時 12月22日(火) 午前10時から正午

対象 未就学児とその保護者

申込 12月7日(月) 締切

内容 クリスマス製作・親子たいそう・クリスマスにちなんだご飯のアレンジについて 等

*詳しくはチラシ、きりしま苑、ちょこふあーむのFacebookをご覧ください!



全て無料!

60歳以上のとっておき情報

~季節の湯でカラダもぽっかぽか~

★みかん湯 11月16日(月)~20日(金)

★ゆず湯 12月14日(月)~18日(金)

カラダもココロもあたたまるひと時を♪

時間 午前9時30分から午後3時

その他 利用には本苑利用証が必要(受付にて即日発行可)、入浴に必要なもの

きりしま苑健康ストレッチ体操

日時 11月27日(金) 午後2時30分から3時
12月16日(水) 午後2時30分から3時

講師 きりしま苑職員(デイサービス)

申込 不 要 ※動きやすい服装でてください

ゴムを使って家でも
できる簡単体操



パステルアート教室 ~来年の干支(丑)を作成しよう~

日時 12月11日(金) ①午前10時から正午
②午後1時30分から3時30分

講師 アトリエWAKKA山根陽子(MARU)さん

申込 11月16日(月) 午後2時から受付開始 先着各8名

持ち物 汚れても良いハンカチ

チェアヨガ ~ご家庭で気軽にできる椅子を使ったヨガ~

日時 12月17日(木) 午前11時から11時45分

講師 チェアヨガインストラクター しずえさん

申込 11月26日(木) 午後2時から受付開始 先着15名
※動きやすい服装でてください。

きりしま苑リズム体操 ~みんなで体を動かしましょう♪~

日時 12月22日(火) 午後1時15分から1時45分

講師 宮原和郎さん

申込 不 要 ※動きやすい服装でてください。
クリスマスにちなんだ曲で体を動かしましょう♪

