

# ほっと ほっこり まつおのわ



シリーズ4

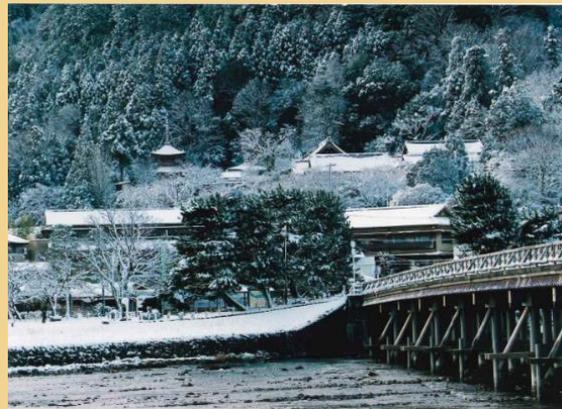
## 写真で紹介 松尾の魅力

写真提供「松尾写真の会」

山田 喜彦 様



堤防の雪風景



冬の渡月橋



松尾郷家の雪だるま

「松尾写真の会」会員募集！  
笹川一さんまでご連絡ください  
(080-2446-6991)

2024

松尾学区

1月・2月の催し物紹介



- |    |           |                |              |
|----|-----------|----------------|--------------|
| 1月 | 10・24日(水) | 筋トレ女性・メンズ      | 自治会館         |
|    | 15・29日(月) | 筋力トレーニング       | 鈴川公民館        |
|    | 10日(水)    | 喫茶まつのを         | 松室店(13時~14時) |
|    | 17日(水)    | 子育て支援「にこにこひろば」 |              |
|    | 25日(木)    | 喫茶まつのを         | 鈴川店(11時~12時) |
| 2月 | 7・21日(水)  | 筋トレ女性・メンズ      | 自治会館         |
|    | 5・19日(月)  | 筋力トレーニング       | 鈴川公民館        |
|    | 14日(水)    | 喫茶まつのを         | 松室店(13時~14時) |
|    | 21日(水)    | 子育て支援「にこにこひろば」 |              |

都合により開催の変更や中止の可能性あります

## 防災コラム

自分の身は自分で守る！！



### 災害時の備え

#### <早め早めの補給>

車バイクの給油、携帯スマホの  
充電はメーター半分で補給

#### <停電時の灯り>

灯りが少ないと家族が常に同じ  
場所に居ないといけなくなる

「家族一人に1灯り」プラス  
「一部屋につき1灯り」

## あしがき

昨年は大変お世話になりました。本年もどうぞ宜しくお願い致します。

お正月といえば『おせち』ですが、皆様おせち料理はお好きですか？それぞれのおせち料理にはさまざまな意味や由来が込められていますね。今年はひとつひとつ意味を思い出しながら食べたいと思っている編集担当でした。

京都市西京・北部地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口です 075-392-7817

今までのチラシを見たい方は京都厚生園 西京・部地域包括支援センターブログを検索！

