

ほっと ほっこり まつおのわ



シリーズ 14

写真で紹介 松尾の魅力

写真提供「松尾写真の会」

金原 郁雄 様



松尾大社



松尾地区

月読神社



「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)

2025

松尾学区

9月・10月の催し物



9月	3・17日(水)	筋トレ女性・メンズ 自治会館
	1・22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時半) 歌声
	25日(木)	喫茶まつのを 鈴川店(13時~14時半)
	27日(土)	第29回 福祉ふれあいまつり
10月	1・15日(水)	筋トレメンズ 自治会館
	6・20日(月)	筋力トレーニング 鈴川公民館
	8日(水)	喫茶まつのを 松室店(13時~14時半)
	23日(木)	喫茶まつのを 鈴川店(13時~14時半)
	27日(月)	健康すこやかウォーキング 嵐山方面

都合により開催の変更や中止の可能性あります

まつおコラム

台風に注意！



台風の接近、上陸に備えて十分な対策を行いましょう。

今回は、**家の中**の備えをご紹介します

□雨戸や厚手のカーテンを閉じる



□断水時に備えて風呂場に水をためておく



□テレビやラジオ、携帯電話などで最新の情報を確認する



□停電に備えて携帯電話をフル充電にする



□懐中電灯、予備電池、非常食、飲み水や生活用水を準備する



あとかき

9月になりましたが、まだまだ暑い日が続きますね。毎年9月は健康増進普及月間として、健康づくりの実践を促進するため様々な取り組みが全国的に行われているのを知っていましたか？ぜひ、この機会に運動や食事など生活習慣を見直して健康づくりに取り組みましょう！

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・北部地域包括支援センターブログを検索！

