

# 12月 MACHIKO イベント予定表

※今月はイベントによって中止・延期等が実施されています。最新の情報は右京区役所 HP（「右京区役所 MACHIKO」で検索）をご確認ください。

日	時	名称	内容	お問い合わせ先
3日(木)	10:00~12:00	♪わくわく広場♪	親子でのんびり遊べます。保護者同士や保育士とおしゃべりしませんか。 ※4組まで、要事前予約(イベント前日から受付)	子どもはぐくみ室 ☎861-2179
	13:30~15:00	空き家相談員による不動産相談	中止	まち再生・創造推進室 ☎222-3503
4日(金)	13:00~14:00	ラフターヨガ~笑いの力で明るい明日~	ふだん大笑いをする事が少ない方々に、簡単な笑いの体操をご紹介します。	サンサ笑いヨガクラブ ☎080-5079-2519
8日(火)	10:00~11:00	いすヨガ(1階区民ロビーで開催)	椅子に座ったまま、簡単な体操と呼吸法、瞑想を行います。	さかのヨガ ☎090-4036-9059
11日(金)	10:00~12:00	おはなし会“いまここ”	ご自身の心のもやもや、うまくいかない対人関係の悩み、お一人で抱え込まずにお話のできる時間(1組30分)	自立支援の会 Bolero 京都 075-354-6466(地域力推進室)
	12:00~15:00	つどいの広場による出張ひろば	主に乳幼児とその保護者が気軽に集い交流できる場所です。	ひだまり・ホット・みやこ ☎322-3091
15日(火)	13:00~15:00	おりがみ教室 ノア	幅広い世代の方を対象に折紙の楽しさをお教えます。(1回500円)	サンサ折紙協会 ☎090-7643-5026
16日(水)	10:00~12:00	つどいの広場による出張ひろば	主に乳幼児とその保護者が気軽に集い交流できる場所です。	ほっこりスペース ☎882-7090
	13:00~15:00	おりがみ教室 ノア	幅広い世代の方を対象に折紙の楽しさをお教えます。(1回500円)	サンサ折紙協会 ☎090-7643-5026
17日(木)	13:30~16:00	右京いきいき筋トレ	手指を使った脳トレーニングと折り紙で認知症予防をします。	右京いきいき筋トレボランティア ☎461-0188
22日(火)	10:00~11:00	健康体操やさしいエクササイズ	誰でも簡単に楽しく行うことができ、効果をすぐ実感していただけるような、身体と心にやさしい体操です。	親子スマイルフェスティバル実行委員会 ☎090-9615-2186
23日(水)	10:00~12:00	おはなし会“いまここ”	ご自身の心のもやもや、うまくいかない対人関係の悩み、お一人で抱え込まずにお話のできる時間(1組30分)	自立支援の会 Bolero 京都 075-354-6466(地域力推進室)
24日(木)	10:00~12:00	右京で子育て絵本の読み語りと京のわらべうた	絵本やわらべうたを通して子育て中の親子のコミュニケーション・絵本の選び方などをお話します。	ねんころり ☎871-9513
	12:00~15:00	つどいの広場による出張ひろば	主に乳幼児とその保護者が気軽に集い交流できる場所です。	ひだまり・ホット・みやこ ☎322-3091