

5月 MACHIKOイベント予定表

※5月15日(水)～5月17日(金)は、MACHIKO内で税の臨時窓口が開設されるため、
MACHIKOでのイベント開催はありません。

※イベントは中止・延期になる場合があります。

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。



▲MACHIKOの最新情報はこちらから

日	時	名称	内容	お問い合わせ	電話
5月2日(木)	10:00～12:00	わくわくひろば	0歳から3歳未満のお子様と保護者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。	子どもはぐくみ室	☎861-2179
5月8日(水)	9:00～12:00	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
5月9日(木)	13:30～16:00	脳トレと折り紙	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
5月10日(金)	10:15～11:15	ラフター(笑いヨガ)～笑いの力で明るい明日～	ふだん大笑いすることが少ない方々に、笑いの体操として、笑いヨガを紹介します。	サンサラフターヨガクラブ	☎080-5079-2519
5月13日(月)	14:00～14:45	健康になれる呼吸法！呼吸で繋がる会	呼吸を深めるためのイスに座ったままできるストレッチと、その時期、季節に合った呼吸法をしていきます。呼吸が健康に繋がることに気づいていきましょう！！	いい呼吸ラボすまいる	☎354-6466 (地域力推進室)
5月14日(火) ※午前のみ 使用可能	10:00～11:00	いすヨガ (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。	和みヨーガ	☎080-6135-7715
5月20日(月)	13:30～15:30	ひまわりの会 右京お話しカフェ	失語症など、言葉の障害がある方がコミュニケーションをとり、交流する場所です。	ひまわりの会 右京	☎090-9864-4465
5月21日(火)	11:00～12:00	多世代でいっしょに歌いましょう	年れいのちがう人といっしょに歌ったり、音楽やリズム、ことばあそびにふれて、知り合いになる 工作やイラストの得意な方 募集中！	多世代交流音楽くらぶ	☎354-6466 (地域力推進室)
5月24日(金)	12:15～13:00	右京気功太極拳交流会	体を動かし、呼吸を整えて、心身の健康づくりをします。	上海漕溪陳氏太極拳京都支部会	☎080-5850-2166
5月28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 だけのような、身体と心にやさしい体操です。	アクティブすまいる	☎090-9615-2186
	13:30～15:30	にこにこカフェ	ふらりと立ち寄って誰かと話をしたり、思い思いの時間を過ごせる場です。おひとりでも、お友達同士でも、どうぞお気軽に。	区社会福祉協議会	☎865-8567
5月30日(木)	10:00～11:30	絵本の読み語りと京のわらべうたのお楽しみ会	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	☎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