

6月 MACHIKOイベント予定表

※6月17日(月)～6月28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
6月3日(月)	13:00～16:00	絵本・洋服交換会	自宅でいらなくなった絵本をお持ちください。新しい絵本と交換させていただきます。	ecoto京都	☎050-5435-1734
6月4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。	アクティブ すまいる	☎090-9615-2186
	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
6月5日(水)	11:00～12:00	つれづれめぐりアプリお話し会&スタンプ会	つれづれアプリをご利用の方の交流会を実施します。	健康長寿推進課	☎861-2177
6月6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
6月7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。	サンサ右京ラフター ヨガクラブ	☎080-5079-2519
	14:30～17:00	つれづれめぐりアプリお話し会&スタンプ会	つれづれアプリをご利用の方の交流会を実施します。	健康長寿推進課	☎861-2177
6月10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)
	15:00～17:00	ゲーム交流会	ゲームや交流会を通して親睦をはかり、日々の生活をより豊かに生き生きとしたものにしましょう！	ひろさわお楽しみ クラブ	☎090-7962-8966
6月11日(火)	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
	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)
6月12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
6月13日(木)	10:00～11:30	絵本の読み語り 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