

## 6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	電話
6月3日(金)	10:00~11:30	ラフター(笑いヨガ) ~笑いの力で明日を ~	笑うことが少ない方々に、笑いの体操と 呼吸法を紹介します。	サンサ笑いヨガクラブ	☎080-5079-2519
6月6日(月)	9:30~16:00	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	☎090-6073-6772
6月9日(木)	13:30~15:30	おはなし会“いまここ”	学校、職場、お家でつらいと感じていること、“いま”“ここ”に いる自分を大切に、お話ししながら考えてみましょう。	自立支援の会 Bolero京都	☎354-6466(地域力推進室)
6月10日(金)	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14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
6月15日(水)	9:15~12:15	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(上級 者向け)	幅広い世代の方を対象に折紙の楽しさをお教えます。 (料金:500円)	サンサ折紙協会	☎090-7643-5026
6月16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
6月23日(木)	9:15~12:00	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
6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
6月30日(木)	13:30~15:30	おはなし会“いまここ”	学校、職場、お家でつらいと感じていること、“いま”“ここ”に いる自分を大切に、お話ししながら考えてみましょう。	自立支援の会 Bolero京都	☎354-6466(地域力推進室)