

南区

体操・脳トレマップ

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

南区地域介護予防推進センター
〈市バス〉九条七本松

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

マム・スクエア
〈市バス〉九条七本松

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

南区社会福祉協議会
ボランティアセンター
〈市バス〉羅城門

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

吉祥院いきいき市民
活動センター
〈市バス〉吉祥院高畑町

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

ピハラー十条
〈市バス〉千本十条

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

故郷の家京都
〈市バス〉南松ノ木町

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

上鳥羽北部
いきいき市民活動センター
〈市バス〉千本十条

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

元東和小学校
〈市バス〉九条車庫前
[地下鉄九条駅]

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

九条中学校
〈市バス〉東寺東門前

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

希望の家
〈市バス〉河原町東寺道

南区地域介護予防推進センター
(☎693-6135)

久世ふれあいセンター
〈市バス〉築山

地域包括支援センター看護師部会
南区地域介護予防推進センター
(☎694-6222)

西寺公園
〈市バス〉九条七本松

久世地域包括支援センター
(☎933-5787)

久世地域包括支援センター
〈市バス〉築山

洛南身体障害者福祉会館
(☎691-2468)

洛南身体障害者福祉会館
〈市バス〉九条御前通

ケアサポートセンター吉祥院
(☎693-3602)

ケアサポートセンター吉祥院
〈市バス〉船戸町

吉祥ホーム
(☎682-8152)

祥豊自治会館
〈市バス〉西大路駅前

吉祥ホーム
(☎682-8152)

唐橋公民館
〈市バス〉九条御前通

南区高齢者福祉をすすめる会
(☎314-3430)

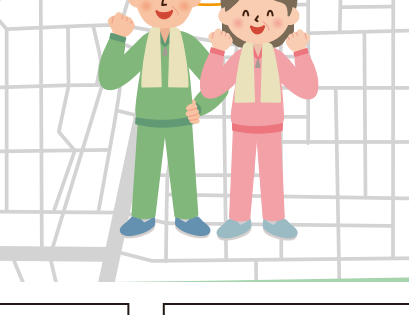
けやきの家
〈市バス〉西大路八条

※南区の
地域包括支援センターと
南区地域支え合い活動創出
コーディネーターが把握した
どなたでも参加できる
取り組みを掲載して
います。

脳トレ
(脳のトレーニング)
楽しく認知症予防
クイズや間違いさがし。
簡単体操などで、頭も身体も
繋がって活性化しましょう。



体操
元気に介護予防
より活動的に元気に暮らして
いただくために、家庭でもできる
簡単な体操や、椅子に座って
行う体操などを行っています。



ちいきの広場光
(☎080-4040-2534)

ちいきの広場光
〈市バス〉南松ノ木

南区健康づくりサポーター
健康チャレンジャーみなみへず
(☎681-3573) (南区役所)

明田公園
〈市バス〉大石橋
地下鉄烏丸線「九条」

南区健康づくりサポーター
健康チャレンジャーみなみへず
(☎681-3573) (南区役所)

ヘルスピア 21
〈市バス〉南区総合庁舎前
東寺南門前

南区健康づくりサポーター
健康チャレンジャーみなみへず
(☎681-3573) (南区役所)

琵琶塚公園
〈市バス〉九条七本松

南区健康づくりサポーター
健康チャレンジャーみなみへず
(☎681-3573) (南区役所)

久世橋公園
〈市バス〉吉祥院長田町

京都福祉サービス協会南事務所
(☎662-2622)

京都福祉サービス協会南事務所
〈市バス〉羅城門

京都市西老人福祉センター
(☎671-1717)

京都市西老人福祉センター
〈市バス〉西大路九条

京都市久世西老人福祉センター
(☎934-5801)

京都市久世西老人福祉センター
〈市バス〉中久世一丁目