



ふかくさ

サロン情報誌



あなたの居場所を
見つけてね!



社会福祉協議会の催し

それぞれの学区在住の高齢者の方が対象です！

◆学区社協主催サロンのお問い合わせ先◆

伏見区社会福祉協議会 ☎075-603-1287 (平日9:00~17:00)

砂川学区

主催 砂川学区
社会福祉協議会



1 砂川健康すこやか学級

日時	第1水曜日 10:00~12:00
場所	砂川東会館(深草菟川町)
費用	なし 申込 不要(直接お越しください)



ひとこと
~地域にお住まいの方の交流&地域を守る団体からのためになるお話~

稲荷学区

主催 稲荷学区
社会福祉協議会



2 稲荷健康すこやか学級

日時	隔月(変更あり) 10:00~12:00
場所	稲荷小学校 多目的ルーム(深草開土町)
費用	500円(昼食費含む) 申込 必要



ひとこと
地域の方とお話や体操など、色々なことを行っています。気軽にお越しください！

3 あんあん教室

日時	不定期開催(年に5~6回程度)火曜日 10:00~12:00
場所	あんしんあんぜんステーション(深草開土町)
費用	なし 申込 不要(直接お越しください)



ひとこと
元々交番だったところをお借りして、みんなで楽しくやっています。気軽にお越しください！

深草学区

主催 深草学区
社会福祉協議会



4 深草健康すこやか学級 ~ふれあい喫茶~

日時	第1金曜日 10:00~12:00
場所	深草西会館
費用	なし 申込 不要



ひとこと 参加者同士の交流。コーヒーとお菓子の提供。警察署・深草学区社会福祉協議会・地域包括支援センター・地域介護予防推進センターからの情報提供。

5 深草健康すこやか学級 ~ふれあい喫茶~

日時	第2土曜日 10:00~12:00
場所	深草小学校 ふれあいサロン(深草西伊達町)
費用	なし 申込 不要



6 深草健康すこやか学級 ~おしゃべりタイム~

日時	第3木曜日 14:30~15:30
場所	ふかふか家(深草直違橋二丁目)
費用	なし 申込 不要



ひとこと 食後のひとときの談話、折り紙、絵手紙、コーラスなどの活動。

7 居場所づくり ~おしゃべりランチ~

日時	第4金曜日 11:30~12:30
場所	ふかふか家(深草直違橋二丁目)
費用	600円(予約制) 申込 必要



ひとこと ふかふか家カフェのランチを食べながら、参加者と交流を図る。

藤森学区

主催 藤森学区
社会福祉協議会



8 藤森健康すこやか学級 《すこやか喫茶》

日時	毎月10日 13:30~15:00		
場所	藤ノ森小学校 ふれあいサロン室 (深草石橋町)		
費用	なし	申込	不要



ひとこと 心の安らぎの場「居場所づくり」で脳トレや手品など、楽しく集ってお話しています。

9 藤森健康すこやか学級 《居場所づくり》

日時	第1木曜日 13:30~15:00		
場所	中部越後屋敷自治会館 (深草越後屋敷町)		
費用	なし	申込	不要



10 藤森健康すこやか学級 《ハワイアンフラ》

日時	第1・3月曜日 10:00~(2時間程度)		
場所	藤ノ森小学校 特別会議室 (深草石橋町)		
費用	なし	申込	不要



ひとこと 身体や手先を動かす、声を出す事で、日々の健康を維持しましょう！

11 藤森健康すこやか学級 《カラオケ》

日時	第2・4月曜日 13:00~(2時間程度)		
場所	藤ノ森小学校 ふれあいサロン室 (深草石橋町)		
費用	なし	申込	不要



藤城学区

主催 藤城学区
社会福祉協議会



12 藤城健康すこやか学級

日時	第2・3木曜日 10:00~12:00		
場所	藤城の家「よりみち」 (深草大亀谷万帖敷町)		
費用	材料費実費	申込	必要



ひとこと
はじめての方もどうぞお
越してください。第2木曜
日はレクリエーション、
第3木曜日はクラフトを
しています。

地域の居場所



高齢者が住み慣れた地域で、
すこやかにいきいきと暮らし続けられるように、
自由に集い、参加者同士の交流を通して新たな仲間づくりや、
生きがいを見つけるきっかけとなる場所です。



深草北部圏域(青)、深草中部圏域(緑)、深草南部圏域(ピンク)のサロン情報が掲載されています。各サロンの位置情報は、P.6~7の地図をご確認ください。

各サロンの右上に二次元コードがある場合は、スマートフォン等で読み取っていただくことにより
詳しい情報の動画が流れます。

※各サロンの活動内容は、今後変更されることがありますので、ご注意ください。



あなたの
居場所はいつ
見つかりましたか？



深草北部

13 さんさんクラブ



日時	第1・3金曜日 10:00~12:00
場所	鳥羽街道住宅 集会所(深草正覚町)
費用	なし
申込	不要
連絡先	(お問い合わせは深草北部地域包括支援センターへ) ☎075-641-2544

ひとこと 気軽にお越しください。



深草北部

14 花井歯科 健康のつどい



日時	第4火曜日(変更あり) 13:00~14:00
場所	花井歯科(深草稻荷榎木橋町)
費用	なし
申込	不要
連絡先	深草北部地域包括支援センター ☎075-641-2544

ひとこと 筋トレ・脳トレ・保健師によるミニ講話



深草中部

17 ちぎり絵を楽しむ会



日時	月2回(不定期) 14:00~16:00
場所	ふかふか家(深草直違橋二丁目)
費用	200円(+材料費実費)
申込	必要
連絡先	(代表) 澁谷 ☎090-3706-1860

ひとこと 気軽にお越しください。



深草中部

18 ほっこりサロンふかくさ



日時	第2木曜日・第4火曜日 14:00~16:00		
場所	深草センターほっこり3階 (深草西浦町五丁目)		
費用	100円	申込	不要
連絡先	深草中部地域包括支援センター ☎075-642-5155		

ひとこと 誰でもくつろげる場所として、活動しています。気軽にお越しください。



深草中部

15 おやじ会



日時	第2・3土曜日 10:00~11:00
場所	サンハイツ梅野(深草直違橋八丁目)
費用	200円(別途実費あり)
申込	必要
連絡先	(代表) 梅野 ☎075-641-0934

ひとこと たくさんの方に参加していただきたいが、部屋のスペースに限りがあるため、お断りすることがあります。



深草中部

16 いちょうの会

日時	第3木曜日 13:30~14:30
場所	ケアコートだてまち(深草東伊達町)
費用	200円
申込	不要
連絡先	(代表) 若松(お問い合わせは深草中部地域包括支援センターへ) ☎075-642-5155

ひとこと 地域の人と顔なじみになりましょう。



深草中部

19 編み物サークルーいとー



日時	第2・4水曜日 13:30~15:00
場所	ヌヴェール愛徳修道会(深草田谷町)
費用	なし
申込	不要
連絡先	深草中部地域包括支援センター ☎075-642-5155

ひとこと 作品作りを通して、交流を楽しんでいます。



深草南部

20 ふじのもりカフェ

日時	第2月曜日(変更あり) 10:00~11:30
場所	墨染まちとくらしセンター(深草石橋町)
費用	200円
申込	不要
連絡先	深草南部地域包括支援センター ☎075-641-9301

ひとこと 気軽にお越しください。



深草南部

21 わいわいカフェ

日時	偶数月 第3土曜日 10:30~12:00
場所	墨染まちとくらしセンター(深草石橋町)
費用	なし
申込	不要
連絡先	深草南部地域包括支援センター ☎075-641-9301

ひとこと 認知症の方の家族の会です。気軽にお越しください。



深草南部

22 メンズクラブ

日時	第4木曜日 10:00~11:30
場所	墨染まちとくらしセンター(深草石橋町)
費用	200円
申込	不要
連絡先	深草南部地域包括支援センター ☎075-641-9301

ひとこと 65歳以上の男性の交流会です。気軽にお越しください。



深草南部

23 スマホカフェ

日時	第3月曜日 10:00~11:00
場所	ふれあいサロン岡田(墨染町)
費用	なし
申込	必要
連絡先	深草南部地域包括支援センター ☎075-641-9301

ひとこと 参加ご希望の方は電話にてお申し込みください。



深草南部

24 西村医院健康教室

日時	第2・4水曜日 14:30~15:30
場所	西村医院(大亀谷万帖敷町)
費用	なし
申込	不要
連絡先	西村 茂 ☎075-645-0747

ひとこと 体操教室 気軽にお越しください。



地域支え合い活動 創出コーディネーター

地域支え合い活動創出コーディネーターとは、京都市が地域で高齢者を支えていくために必要な生活支援サービスの創出や担い手の養成、ネットワークの構築を目的として各区社会福祉協議会に配置しているコーディネーターです。



高齢サポート (地域包括支援センター)

高齢者の
公的な
相談窓口です

高齢サポート(地域包括支援センター)は、全国に約6000か所あり、京都市では61か所、伏見区では12か所あります。主任介護支援専門員、社会福祉士、保健師等(又は地域保健等の経験のある看護師)が常駐しており、介護保険関係、健康に関する事、虐待や家族等の問題、認知症の問題等、様々な内容の相談窓口の機関です。

※職員には守秘義務が課せられていますので、安心してご相談ください

高齢サポート・深草北部
(京都市深草・北部地域包括支援センター)
●担当学区(砂川・稲荷) 深草一ノ坪町 40-6
☎641-2544



高齢サポート・深草中部
(京都市深草・中部地域包括支援センター)
●担当学区(深草) 深草西浦町 5丁目 15
☎642-5155



高齢サポート・深草南部
(京都市深草・南部地域包括支援センター)
●担当学区(藤森・藤城) 深草石橋町 18-1
☎641-9301





発行者

- 伏見区地域支え合い活動創出コーディネーター
(京都市伏見区社会福祉協議会)
- 高齢サポート深草 (北部・中部・南部)
- 令和7年3月 発行

