



# 公園体操開催しています！！



公園体操ボランティアリーダーは、「健康長寿のまち・京都いきいきアワード2019」大賞を受賞しました！！  
 (いきいきアワードは、健康で自立して過ごせる健康長寿を延ばそうとする団体を表彰するものです。)

30分程度のどなたでも出来る簡単な体操です。自由参加で通りがかりの時など気軽な気持ちでご参加いただけます。

2020年 4月現在

実施場所	曜日	実施時間	実施場所	曜日	実施時間	
岩倉三宅町三角公園 (叡山電車八幡前駅北へ徒歩3分)	月	夏 9:00~ 冬 9:30~	後安堂公園 (修学院離宮:南、音羽川沿い) 【7~9月】七町会館 (修学院離宮:西、鷺森神社御旅所)		9:00~	
法然院公園(鹿ヶ谷法然院町地藏尊北側)		9:45~			8:30~	
松賀茂公園 (京都ノートルダム女子大学:南東)	火	9:00~	市原野会館 運動場 (川島織物:東側)【現在休止中】	金	9:00~	
閉川原児童公園 (叡山電車修学院駅より南へ徒歩5分)			一乗寺 辻児童公園 (修学院中学校より東へ200m)		9:30~	
高野 東開公園 (高野中学:南西、アサヒ自転車店:南側)			吉田下大路町公園広場(近衛中学校:北東)		10:00~	
南田児童公園 (浄土寺郵便局東へ徒歩5分)			北白川児童公園 (北白川小学校:東側)		午後1:30~	
下鴨 中川原公園 (グレースたなか下鴨店北側)			宮の前児童公園 (第三錦林小学校:西側)		9:00~	
岩倉 忠在地公園 (明德小学校東向側、岩倉出張所西向)			夏 9:30~ 冬 10:00~		久多いきいきセンター	10:00~
飛鳥井公園 (百万遍より北西へ徒歩5分、養正小学校東側)			8:40~		二ノ瀬クラブハウス (叡山電車二ノ瀬駅より徒歩5分)	午後1:30~
岩倉 石倉児童公園 (京都バス「上長谷」すぐ)	水	9:00~	葵 萩児童公園 (京都コンサートホール:南東)	土	9:00~	
吉田児童館 広場 (元左京区役所向い)			岩倉 幡枝庄田公園 (圓通寺:北東)		10:00~	
岡崎公園 (平安神宮:南西、ロームシアター京都:東側)			静原神社の境内 (静原集会所) * 月1回		9:30~	
松ヶ崎大黒天の境内			八神社の境内 (銀閣寺より北へ80m) * 第1・3週		日 9:30~	
頂妙寺の境内 (仁王門通川端東入ル)	木	8:30~	* 雨天の場合等中止となる日があります。 * その他左京区内の各地域で順次開始していく予定です。			
上高野 鷺公園 (地下鉄国際会館駅より東へ300m)			<b>健康不安をなくし、生きがいあふれた「活動的な中高年齢者」を                      目標に頑張りましょう！！</b> /ボリが目印です！！			
岩倉東公園 (洛北中学校:南側)						
浄土寺馬場公園 (浄土寺下馬場町、コモのイエ幼稚園:南)						
玉岡児童公園 (京都市障害者スポーツセンター南側)						

**お問合せは**  
 左京区地域介護予防推進センター ☎706-6499





# 公園体操開催しています！！



公園体操ボランティアリーダーは、「健康長寿のまち・京都いきいきアワード2019」大賞を受賞しました！！  
(いきいきアワードは、健康で自立して過ごせる健康長寿を延ばそうとする団体を表彰するものです。)

30分程度のどなたでも出来る簡単な体操です。自由参加で通りがかりの時など気軽な気持ちでご参加いただけます。

2020年 4月現在

実施場所	曜日	実施時間	実施場所	曜日	実施時間	
岩倉三宅町三角公園 (叡山電車八幡前駅北へ徒歩3分)	月	夏 9:00~ 冬 9:30~	後安堂公園 (修学院離宮:南、音羽川沿い) 【7~9月】七町会館 (修学院離宮:西、鷺森神社御旅所)		9:00~	
法然院公園(鹿ヶ谷法然院町地蔵尊北側)		9:45~			8:30~	
松賀茂公園 (京都ノートルダム女子大学:南東)	火	9:00~	市原野会館 運動場 (川島織物:東側)【現在休止中】	金	9:00~	
閉川原児童公園 (叡山電車修学院駅より南へ徒歩5分)			一乗寺 辻児童公園 (修学院中学校より東へ200m)		9:00~	
高野 東開公園 (高野中学:南西、アサヒ自転車店:南側)			吉田下大路町公園広場(近衛中学校:北東)		9:30~	
南田児童公園 (浄土寺郵便局東へ徒歩5分)			北白川児童公園 (北白川小学校:東側)			
下鴨 中川原公園 (グレースたなか下鴨店北側)			宮の前児童公園 (第三錦林小学校:西側)		10:00~	
岩倉 忠在地公園 (明德小学校東向側、岩倉出張所西向)			夏 9:30~ 冬 10:00~			久多いきいきセンター
飛鳥井公園 (百万遍より北西へ徒歩5分、養正小学校東側)			水		8:40~	二ノ瀬クラブハウス (叡山電車二ノ瀬駅より徒歩5分)
岩倉 石倉児童公園 (京都バス「上長谷」すぐ)	9:00~	葵 萩児童公園 (京都コンサートホール:南東)		9:00~		
吉田児童館 広場 (元左京区役所向い)		岩倉 幡枝庄田公園 (圓通寺:北東)		10:00~		
岡崎公園 (平安神宮:南西、ロームシアター京都:東側)	9:30~	静原神社の境内 (静原集会所) * 月1回				
松ヶ崎大黒天の境内		八神社の境内 (銀閣寺より北へ80m) * 第1・3週		日		9:30~
頂妙寺の境内 (仁王門通川端東入ル)	木	8:30~	* 雨天の場合等中止となる日があります。 * その他左京区内の各地域で順次開始していく予定です。			
上高野 鷺公園 (地下鉄国際会館駅より東へ300m)			9:15~	<b>健康不安をなくし、生きがいあふれた「活動的な中高年齢者」を 目標に頑張りましょう！！</b>		
岩倉東公園 (洛北中学校:南側)				/ボリが目印です！！		
浄土寺馬場公園 (浄土寺下馬場町、コモのイエ幼稚園:南)			9:30~	<b>お問合せは</b>		
玉岡児童公園 (京都市障害者スポーツセンター南側)				<b>左京区地域介護予防推進センター ☎706-6499</b>		

