

自主グループってなに？

自主グループとは様々な年齢や経験、趣味、特技をもったみなさんが主体となって活動・運営を行っているグループです。みなさんで活動内容を決めて、協力しあいながら活動をするため、それぞれのグループによって活動内容は異なります。みなさんの身近な場所に自主グループがたくさんできることを願って京都市西京区地域介護予防推進センターでは支援を行っています。

身近な場所で一緒に参加してみませんか？

お問い合わせ・相談

京都市西京区地域介護予防推進センター

TEL 075-392-7874



地域のお宝情報

松尾 健康体操の会

ストレッチ運動やお口の体操、ラジオ体操など健康づくりの運動に取り組んでいます！

仲間を大募集中です！

チラシが目印！



毎週月曜日朝7時から(30~40分程度)

場所 JA京都市松尾支店裏広場

参加費は無料

理容師歴50年！

プロの手で髪の毛切りませんか？

土田理容院

営業日時：水曜日～日曜日/8:30～16:00

料金：カット4000円

出張理髪・在宅散髪：嵐山東学区から岩瀬医院

あたりまでの地域にお住まいの方はご自宅で散髪できます！



家の中はちょっと…



玄関先でもOK!



掃除が大変そう…

お掃除もお手伝い

できます!

地域の人に支えられてここまで続けることができました！ぜひお待ちしております！



電話：075-881-0450

住所：西京区嵐山谷ヶ辻子町6-7