



南福祉センターは、奈良市社会福祉協議会が指定管理している施設です



はじめての



50P

太極拳体験教室

2月22日(火)午後2時～3時

講師:板東敬子氏 石原光二氏(楊明時八段錦・太極拳協会)

定員:25名

申し込み:17日までに直接または電話で

(多い場合は抽選 漏れた人のみ連絡)

2月の介護予防教室



★歌って踊って健康づくり

2月 2日・16日(水)11:15～12:00

★らくらく健康体操

2月 8日(火) 14:00～15:00

★いきいき健康ヨガ

2月 23日(水) 10:00～11:00

申し込み終了

スマホのつかい方教えます

スマホお困りごと相談

2月10日(木)

正午～午後4時 (受付午後3時半)



《おもちゃ病院》

2月10日(木)13:30～16:00

※部品代がかかる場合があります



市民の皆様へ ～奈良市保健所からのお願い～

オミクロン警報 【一人ひとりが自己防衛】

- ① 正しく使おうマスク! (会話時はマスクを着用)
 - ・可能な限り、品質の確かな「**不織布マスク**」を!
 - ・鼻出しマスク~~X~~、あごマスク~~X~~
- ② こまめにしよう手洗い・手指消毒!
 - ・共用物を触った後、食事の前後、公共交通の利用後など
 - ・指先、爪の間、指の間や手首も忘れずに!
- ③ 目指そうゼロ密!
 - ・特に、定期的な換気の励行を!
 - (30分に1回は外気と入れ替え)
- ④ 飲食は、感染防止が徹底された認証店で! **多人数・長時間は避け、大声はNG!**
- ⑤ **より慎重な行動を!** + **ワクチンの3回目接種を!**
 - ・感染拡大地域への不要不急の往来は極力控えて!
 - ・混雑した場所や感染リスクが高い場所はなるべく避けて!
 - ・いつもと体調が異なる時は出勤や登校を控え、受診・検査を!



奈良市にオミクロン警報発令!!

新型コロナウイルス感染が爆発的に拡大しています。安全対策として1月18日より利用の仕方が変わりました。

[お風呂の利用] 休止

[サークル・団体への貸室]

一部のサークルのみ利用(条件があります)

介護予防教室・講座等の事業については従来どおり行われる予定ですが、感染状況によって変更される場合があります。詳しくは南福祉センターまでお問合せ下さい。(62-3730)



2月カレンダー

日 月 火 水 木 金 土

		1	2	3	4	5
コロナ感染状況に応じて変更される場合があります。ご了承下さい。			歌って踊って健康づくり	貸室申請日 (3月分)		
6	7	8	9	10	11	12
休館日		らくらく健康体操		スマホ相談 第2期—いきいき体操教室 [中止] ★おもちゃ病院	ぽっぽ ハートの折り紙 おたっしや倶楽部	休館日
13	14	15	16	17	18	19
休館日			歌って踊って健康づくり			
20	21	22	23	24	25	26
休館日		太極拳体験教室	いきいき健康ヨガ 申込み終了	休館日		ぽっぽ 大きなおえかき
27	28			【ラジオ体操で健康づくり】 毎日 11:30~		
休館日						

2月の音楽

大正2年発表
吉丸一昌作詞 中田章作曲
長野県安曇野一帯の早春の情景をうたった歌

奇 奇 雄 解 時 時 谷 春
も も 時 け 時 時 春 は
も も 時 去 り 時 時 名
も も ぞ り 時 時 の
雪 の 雪 の 思 葦 は 風 の
空 の 空 の 慮 角 寒
雪 の 空 雪 の 思 葦 は 風 の
空 の 空 慮 角 寒



子育て家族の居場所づくり

オープンスペース ぽっぽ

★概ね5歳までの子どもと家族
★10:00~16:00

1月は靴下でパペットづくり。親子の
会話がはずみます!!!



奈良市南福祉センター

〒630-8443 奈良市南永井町45-1 (都南中学校東隣)

TEL 0742-62-3730

FAX 0742-62-3780

E-mail: minamifukushi-senter@ares.eonet.ne.jp