

貸室・催しについて、新型コロナウイルス感染状況により中止する場合があります。  
ご利用の際、利用受付票の記入や入館時の検温を実施しておりますので、ご理解・  
ご協力をお願いいたします。※ 詳細等はセンターまでお問い合わせください。



## 健康体操

令和4年2月は、2日(水)・18日(金) 10:30 ~

■講師：藤井 美由紀 先生

中止の場合あり

■対象：概ね60才以上の方

健康体操で楽しく健康づくりをはじめましょう。 ※ ヨガマットの貸出あり



## いきいき講座 案内

### 「足裏健康体操」

令和4年2月23日(水) 13:30 ~

講師：大谷 春枝 氏



中止の場合あり

※いきいき会食会  
は中止します

コロナ禍や寒い中で体を動かす機会が減っていると思われます。今月は、大谷春枝氏を講師にお迎えして、足指から上体へ体をほぐしながら健康についてのお話をさせていただきます。一緒に自身の健康を守りましょう。

## いきいき講座 報告

### 「クリスマス会2021イン月ヶ瀬の里」 ～南風によって～メリークリスマス～ 令和3年12月15日



なんくるエイサーとウクレレ伊賀教室の皆様の出演で、楽しいクリスマス会をしていただきました。手遊びから始まり、なんくるエイサーの迫力ある踊りや落ち着いた音色のウクレレの演奏、いきいきのメンバーの方々もマラカスで参加しました。そして、再び元気なエイサーの演舞、とあっという間の1時間でした。皆様からも「よかったわ」とのお声をいただきました。



## デイサービス

## 制作活動



### 体験利用受付中

体験利用時の入浴可  
実費(600円) ※食事代

～空き状況～

残りわずか

1月からの制作活動は、『寅の壁飾り』です。大きな物を各パーツ毎に分担し制作後、繋ぎ合わせます。脳を活性化させ、貼る方向・組み合わせ・微妙な配置を調整して寅を完成させます。(寅のモデルは、安倍の文殊院のパンジージャンボ花絵です。)

## 2022・寅

## デイサービス非常勤職員看護職募集中

### ◆利用者の健康管理業務など◆

幅広い年齢層活躍中  
【年齢不問】

勤務日 火～土 時間 9:15～17:15  
時給 1,450円  
◎週2～3日程度 勤務（相談可）

★まずはお電話ください ☎ 0743-92-0204



## 行政書士による「なやみの無料相談会」

日時：2月26日（土）13時～16時  
開催日の前々日までに予約をお願いします。

相続について知りたい…

遺言書について…



## 「福祉相談」受けています

ケアマネジャー 大長・奥本

困ったことがあれば電話でお気軽にご相談ください。

介護保険の申請はどうしたらいいの…

家にこもりがちで認知症が心配…



## お知らせ

【セブンイレブンの移動販売】2月の予定

月ヶ瀬地区に来ているセブンあんしんお届け便（移動販売）の2月の販売は、梅まつり期間と重なるため、いつもとルートや時間が異なる場所があります。

4日と18日が嵩・月瀬・桃香野方面、  
11日と25日が尾山・長引・石打方面です。

梅まつり期間と重なる25日の尾山（長田さん宅駐車場）は中止とさせていただきます。

詳しい時間等は「あんしんお届け便通信No.6」をご確認ください。

※ あんしんお届け便通信は月ヶ瀬地区のみに配付

## 作品介绍

二律句  
福岡梅宵  
昇り梅花待フ  
黒い小朝日か  
見えず庭を掃く  
初雪は屋根にも

## 月ヶ瀬梅溪 梅まつり



2月13日～3月27日

## 屋外施設のご利用

（グランドゴルフ・パターゴルフ・ゲートボール等）

【外出自粛時の運動・スポーツ】屋外での運動を取り入れましょう

月ヶ瀬福祉センターの屋外施設をご利用ください。

2月休館日 7日（月）・12日（土）・14日（月）・21日（月）・24日（木）・28日（月）

発行：月ヶ瀬福祉センター 住所：〒630-2302 奈良市月ヶ瀬尾山1124番地

TEL:0743-92-0204 FAX:0743-92-0967

HP: <http://www.narashi-shakyo.com/html/tsukigase.htm> E-mail: [narasyakyo.tsukigase@kcn.jp](mailto:narasyakyo.tsukigase@kcn.jp)

