



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

今年の夏はことのほか暑く感じられる毎日です。
この暑さの中のマスク生活は本当につらいものがあります。
屋外で十分な距離をとり、話すことがなければマスクをはずすなど
熱中症にならないようにこころがけて下さい。
また換気をしながらクーラーをつけて適切な温度を保つ、こまめに水分を
とるなど自分の体は自分で守っていきましょう。



栄養健康講座

『食の力は生きる力』をテーマに
知って得する食情報と栄養などのお話し

と き： 8月26日(金)
午後2時から3時半

対 象： 奈良市在住の60歳以上の人

定 員： 30名

20P付与

講 師： 奈良ヤクルト販売株式会社
健康管理士 樋口 善輝 (ひぐち よしき) さん

申し込み： 8月16日(火)まで直接または
電話(62-3730)で 多い場合は抽
選

世代間交流事業

ステンシル DE こものづくり

はじめてでも簡単にできるステンシル
あなただけのオリジナル作品を作しましょう

と き： 8月27日(土)
午後2時~4時

定員
20名

対 象： 60歳以上の奈良市民
小学生以下のこどもと家族

講 師： 工房『遊我』寺田 久恵さん

参加費： 200円(材料費)

申し込み： 8月20日(土)まで直接または電
話(62-3730)で 多い場合は抽選

《8月のその他予定》

★スマホ教室

初級編 8月4日(木)14:00~
中級編 5日(金)14:00~



★ぽっぽ おもちゃ病院
8月11日(木) 13:30~



★いきいき体操教室
8月はお休み(次回9月8日(木))

《8月介護予防教室》

★歌って踊って健康づくり
8月3日(水)・17日(水)11:15~

★らくらく健康体操
8月9日(火)14:00~

★いきいき健康ヨガ
8月24日(水)10:00~





奈良市南福祉センター 2022

8月カレンダー



日 月 火 水 木 金 土

	1 休館日	2	3 歌って踊って 健康づくり	4 貸し部屋申請日 (9月分) スマホ教室	5 スマホ教室	6
7 休館日	8	9 らくらく 健康体操	10	11 ぼっぼ おもちゃ病院	12 休館日	13
14 休館日	15	16	17 歌って踊って 健康づくり	18	19	20
21 休館日	22	23	24 申込終了 いきいき 健康ヨガ	25 縁側カフェ	26 栄養健康講座	27 世代間交流事業 「ステンシル DE こものづくり」
28 休館日	29	30	31	ラジオ体操	毎日 11:30~	

シャトルバスの運行



- ◆ 一日7便
- ◆ 奈良交通既存のバス停（下山・山村町・神殿・南京終町（西向き））に停車
- ◆ 奈良市老人福祉センター
利用証を提示
センター利用の方に限り利用できます！

8月の音楽

夏の思い出

夏が来れば 思い出す
はるかな尾瀬 遠い空
霧の中に うかびくる
やさしい影 野のこみち
水芭蕉の花が 咲いている
夢見て咲いている 水のほとり
しやくなげ色に たそがれる
はるかな尾瀬 遠い空



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