

都祁福祉センターだより

1478

たのしく!元気に!いきいき教室

8月18日(木)いきいき教室報告です。

クラフト紙を使い、ふくろう(梟、不苦労、福老)に挑戦。

表になり、裏になり四苦八苦。

それでも出来上がりに大満足。

笑って、考えて、楽しい時間になりました。







9月25日(日)は肌トラブルの 気になる季節にスキンケア!「柿湯」です!



※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止する場合が あります

柿の葉には緑茶の約20倍のビタミン C をはじめ、脂肪や油を分解し消化を助ける成分などが含まれています。

血圧降下、血管透過性改善、止血に効果があり、さら湯よりも肌のキメが整い保温効果が高まります。

午前11時から午後4時まで入浴できます。是非お越しください!(※受付は3時30分までです)

゚゙リリーベるず

毎週火~土曜日の10時~16時まで開催しています。

9月のイベント予定

7日(水)お話会 10:30~

15日(木)

16日(金) 野菜スタンプ 終日 17日(土)

21日(水)サーキットあそび

10:30~11:30

214:00~15:00



現在、予約制にて開設しております。 ご利用の前に予約をお願いします。 0743-82-2624(都祁福祉センター) 090-1154-8568(リリーべるず)

liliybells.tsuge@gmail.com 詳しくはFacebookと

インスタグラムをご確認下さい。

是非、参加してね!

くらしの何でも相談

介護保険のことや生活に関するトラブルや悩みなんでもご相談ください。**午後1時~4時**まで対応しています。(<u>※申し込みは不要&無</u>料です)

9月2日(金) センター職員が主に担当します 9月17日(土) 行政書士が主に担当します

また、上記の日以外でも電話等随時対応させていただきます。

さくら会(介護予防サロン)

65歳以上でまだ介護保険の利用とまではいかない方や、みんなと1日楽しく過ごしたいと思っておられる方お待ちしています。 (※登録必要&参加費500円です)

9月8日(木) 29日(木) 10時~14時30分まで

都祁地区以外の方もお気軽にご参加ください!

いきいき教室

参加対象は65歳以上の方です。 (※申し込みと登録が必要です)

9月15日(木) 13時30分~15時00分参加費一人100円

沢山のご参加お待ちしております!

健康体操

みんなで体を動かせば、楽しいだけではなく 新しい出会いもあります。是非ご参加下さい。 (<u>※登録必要&参加費300円です</u>) 9月10日(土) 10時15分~12時

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止する場合があります

都祁三館合同発表会のお知らせ

都祁交流センター・都祁福祉センター、 都祁公民館の三館合同で、下記のとおり 発表会を実施します。

- 1月5日(土) • 開催日 6日(日)
- 内容 展示発表・舞台発表
- ・出展・出演対象 三館利用団体
- ※詳細は、後日紹介します。

THE RILL AND

ع

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、 開催が延期・変更・中止となる場合があります。

汗音風

会願せ 年テ明 をに鈴]1[とビ幕 拭めの をに りょれ 媏 日《己 ŋ め をめ 知 る 沙路白 避こ木 羅地よ 暑のも 夫道れ の裏 h 人好日 花に白 ***** の 散く

①次のなぞなぞの答えと理由を考えまし ょう。(正解は次号発表です)

扇風機とかけまして上司の思い付き とときます その心は?

②□を埋めて四字熟語を作ってください。

誛	
	相
	病
	歌

前回の頭の体操の問題の答えは 正 ①なんぱしない(難破しない・ナンパしない) 波風立たない(別回答)

②神出鬼没 合っていましたか 145号の問題に一部誤りがございました。 申し訳ありません。 訂正前→作 訂正後→炸

二問とも正解した方の中から抽選で三名様 に特製ゲン爺キーホルダーをプレゼント! 住所・氏名をご記入の上FAXでご応募下さい

> ご応募有難うございました 【正解された方】



奈良市都祁白石町 山根邦子 様 奈良市都祁白石町 吉井靖雄 様

介護予防教室 令和4年9月のプログラム

月日	曜日	時間	場所	内容
9月7日	水	13:30	和室	
	^	\sim	または	ヨガ
9月16日	金	14:30	研修室	

【講師】藤井 美由紀さん

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、 中止する場合があります

休館 お知 日 の

9月は5日(月) 12日(月) 19日(月) 24日(土) 26日(月)がお休みです。

奈良市社会福祉協議会 都祁福祉センター 【発行】

奈良市藺生町1922-8 【電話】0743(82)2624

[FAX] 0743 (82) 2625 [HP] http://www.<u>narashi-shakyo.com/htm/tsuge.htm</u>

【E-mail】 n-shakyo-tsuqefc@kcn. jp

