

奈良市東福祉センターだより

令和4年(2022年)

東風

10月号

発行:社会福祉法人 奈良市社会福祉協議会

奈良市東福祉センター

〒630-8113 奈良市法蓮町1702番地の1

TEL : 0742(24)3151

FAX : 0742(27)9028

E-mail : east1968@fine.ocn.ne.jp

## 10月の介護予防教室



健やか体操  
10月18日(火)



らくらく体操  
10月19日(水)



ミュージック・ケア  
10月25日(火)

歌体操  
10月26日(水)



※ 時間は、いずれも  
午前10時30分～11時30分

※ 事前申し込みは不要です。  
直接センターにお越しください。

『安心スマホ教室』を11月17日(木)  
の13時～15時に開催予定です。  
定員は15名で10月20日までに電話  
が直接センターまで。

【講師】NTTドコモ 認定講師

## 【ご利用いただける方】

- ①本市在住の60歳以上の方
  - ②子育て親子及び子育てに関心のある方
- ※ 概ね就学前(0歳～5歳)の子どもとその家族
- ③社会福祉事業団体関係者等(有料室のみ)

## 【開館時間】

《一般施設》午前9時～午後5時

《浴室》火・水・金・土曜日の正午～午後4時

※ 新型コロナウイルス感染症の拡大  
防止の為、当面の間、浴室の利用を  
休止させていただきます。

## 【休館日】

- ①日曜日
- ②月曜日
- ③国民の祝日の翌日
- ④12月29日～翌年1月3日

## 【交通アクセス】

近鉄奈良駅から奈良交通バス「鴻ノ池」バス停下車



## 【お問い合わせ】

電話 0742-24-3151

FAX 0742-27-9028

# なんでもスマホ相談会

月ヶ瀬地区社会福祉協議会の  
中田 理沙さんが相談に応じます。

10月27日(木)

○ 10:00~12:00

○ 13:00~16:00

1 階 ホール茶室前

事前申し込みは不要です。  
直接センターへお越しください。  
※ 充電されたスマートフォンお持ちください。



10月の予定 (コロナウイルス感染状況等により予定が変わることがあります)

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 休	3 休	4	5	6 ※貸室受付日	7	8
9 休	10 休	11 休	12 いきいき体操教室 (13:30~14:30) 受付終了	13	14	15
16 休	17 休	18 介護予防教室 『健やか体操』 (10:30~11:30)	19 介護予防教室 『らくらく体操』 (10:30~11:30) ビデオ上映会 (13:00~)	20	21 暮らしと介護の 相談会 (13:30~15:00)	22
23 休	24 休	25 介護予防教室 『ミュージック・ケア』 (10:30~11:30)	26 介護予防教室 『歌体操』 (10:30~11:30)	27 なんでもスマホ 相談会 (10:00~12:00) (13:00~16:00)	28	29
30 休	31 休					