



# 都祁福祉センターだより

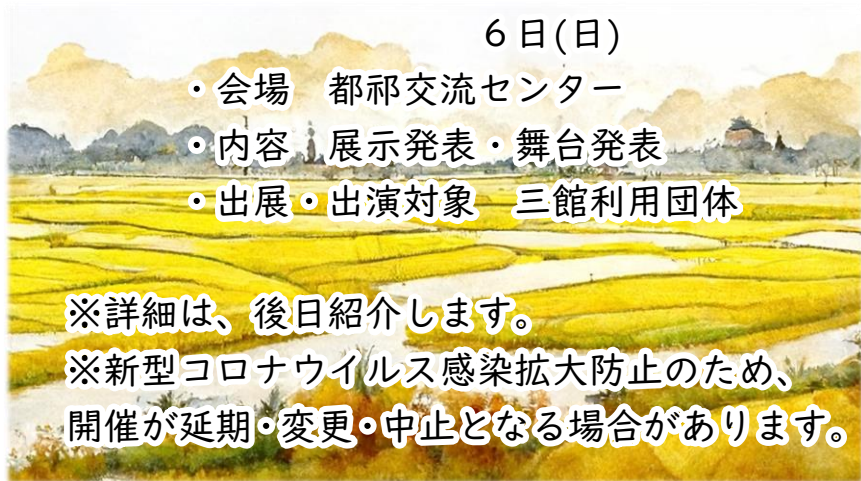


148号

## 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。

- ・開催日 11月5日(土)  
6日(日)
- ・会場 都祁交流センター
- ・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。

※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。

10月23日(日)は疲れた体に効果大  
薬草たっぷりの「丑湯」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

一年中健康で過ごせる様、様々な種類の薬草を入れた「丑湯」  
に入る風習があります。夏の間に冷房で冷えた体をゆつくり温め、  
元気に一年乗り切りましょう。

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)

## リリーベらず

毎週火～土曜日の10時～16時  
まで開催しています。

### 10月のイベント予定

- 5日(水)お話会 10:30～
- 7日(金)プレママ・プレパパサロン  
10:30～
- 15日(土)サーキットあそび
  - ①10:30～11:30
  - ②14:00～15:00
- 20日(木)ちょこっとベジタブル  
10:30～
- 28日(金) ハロウィン工作 終日
- 29日(土)



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(リリーベらず)

lilybells.tsuge@gmail.com  
詳しくはFacebookと  
Instagramをご確認ください。



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。(※申し込みは不要&無  
料です)

- 10月7日(金) センター職員が主に担当します
- 10月8日(土) 介護支援専門員が主に担当します
- 10月15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おります。

(※登録必要&参加費500円です)

10月6日(木) 27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)

10月は元気づくり教室です

10月20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。

(※登録必要&参加費300円です)

10月8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

小学校から太平洋戦争が始まり、中学一年で終戦“欲しがりません勝つまでは”で育った。農業は牛と共に全部手作業、今の機械化は夢のようである。でも苦勞とは思わなかった。三十才の頃占師さんに“あんたは親と先祖に感謝する心を持てば、一生幸せで越せる”と云われ、ずっと守って今に至る。

皆んなにお世話になりながら、グランドゴルフを楽しみ、大好きないきいき教室は欠かさず出席し、先日は折り紙で梟の作り方を教わった。床の間に飾り、毎朝福老、不苦勞と目を合わせて三ツヨリ。普段の日は晴天であれば気のむくままに畑をし、雨の日は読書、ビデオで楽しむ。息子夫婦に守られながら、今が一番幸せである。90歳の今、感謝と幸せを噛み締めながら！！

石橋操



川端登志

秋が来て  
フー鈴の音も  
遠ざかり  
しば漬けの  
秋の食事も  
さっぱりと  
消えそうな  
虫の音聞きて  
友見舞う



ハナとて  
まだまだ負けぬと  
もろくも  
力草抜く  
戦争と  
平和の本読む  
終戦日  
思いきり  
叩いた腕に  
蚊は居らず  
中西見子

### 頭の体操

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)

貧乏野球チームとかけまして  
誰にでも張り合う人とときます  
その心は？

②□を埋めて四字熟語を作ってください。

□ 陽  
□ 守  
□ 重  
転 □

前回の頭の体操の問題の答えは

- 正 ①首を縦に振らない
- ②前人未踏 合っていましたか

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 吉井靖雄 様



ミュージアム  
「川の底からこんにちは」  
10月23日(日)  
午後1時から  
福祉センターで上映です。

介護予防教室 令和4年10月のプログラム

月日	曜日	時間	場所	内容
10月5日	水	13:30	和室	ヨガ
10月21日	金	14:30	または 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

## 休館日のお知らせ

10月は3日(月) 10日(月) 17日(月) 24日(月) 31日(月)がお休みです。

【発行】 奈良市社会福祉協議会 都祁福祉センター

【住所】 奈良市蘭生町1922-8 【電話】 0743(82)2624

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

【E-mail】 n-shakyo-tsugefc@kcn.jp

