



都祁福祉センターだより

151号



新年明けましておめでとうございます。
 昨年はコロナ渦での都祁福祉センター運営となり、ご不便や制限のある中、地域の皆様方のご理解とご協力を頂き、無事新年を迎えることができました。

また、「都祁福祉センターだより」におきましては、自治会長様をはじめ、関係者の方々のご協力により配布できましたこと、誠に有難うございます。

本年も引き続き、感染予防に努めながら、当福祉センターが皆様の福祉活動の拠点として、安心してご利用いただけるよう、職員一同頑張りたいと思います。
 一日も早い新型コロナウイルス感染症の収束と、皆様が健康で幸多き年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

【おしらせ】

年末・年始の休館日は
 12月29日(日)～1月3日(火)になります。
 1月は4日(水)より通常開館いたします。

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、現在は中止しています(再開未定)

【松湯】

松の精油成分に含まれる、皮膚を刺激する作用によって血行が促進され、身体の隅々まで血液が循環します。神経痛やリウマチ、肩こりや腰痛にも効果があります。
 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)

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)

1月6日(金) センター職員が主に担当します

1月21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)

1月12日(木) 26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！

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。

1月のイベント予定

6日(金) プレパパ・プレママサロン
 10:30～

11日(水) お話会 10:30～

13日(金) WARA リズム
 (赤ちゃん向け)
 10:30～

18日(水) ちょこっとベジタブル
 10:30～

21日(土) サーキットあそび
 ①10:30～11:30
 ②14:00～15:00

28日(土) ①
 31日(火) ② 節分工作 終日



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(リリーベるず)

lilybells.tsuge@gmail.com

詳しくはFacebookと

Instagramをご確認下さい。

是非、参加してね！



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)

1月はお話会です

1月19日(木) 13時30分～15時00分

参加費一人100円

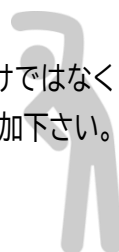
沢山のご参加お待ちしております！

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)

1月14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

たくさんのご来場ありがとうございました！

秋晴れのもと、11月26日(土)3年ぶりに開催しましたつげこどもまつり。コロナ禍により、縮小版でしたが、約160名の方々がご来場くださり、楽しい時間を過ごすことができました！

民生委員さんはじめご協力頂いたみなさま、ご来場頂いたみなさま、本当にありがとうございました！



たのしく！元気に！いきいき教室

12月17日(土)いきいき教室は公民館すずらん学級に参加。お笑い芸芸会、落語二席にて大いに笑い、令和4年を締めくくりました。

令和5年もコロナに負けず、笑い元気のある健康教室を企画し、一人でも多くの方の参加をお待ちしております。



中西晃子

川端登志

今日の行い
メモをポツケに
十二月
あの家この家
軒下はみな
柿すだれ
白菜の
外葉もぎとり
抱きかかえ

はぐれ鳥
一声鳴いて
飛んで行く
ありがたや
人の世にのみ
笑い顔
鈴なりの
柿の赤さや
だれがわく

休館日のお知らせ

1月は1日(日) 2日(月) 3日(火) 9日(月) 16日(月) 23日(月) 30日(月)がお休みです。

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)

デモ行進とかけまして
湖とときます その心は？

②□を埋めて四字熟語を作ってください。

□ 目
□ 運
□ 立
王 □

前回の頭の体操の問題の答えは

正 ①ありがたかった(蟻がたかった・有難かった)

②言語道断 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】

奈良市邑地町 坂谷和紀 様

奈良市都祁白石町 吉井靖雄 様



介護予防教室 令和4年1月のプログラム

月日	曜日	時間	場所	内容
1月11日	水	13:30	和室	ヨガ
1月20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

寄付

『ゆず』

奈良市上深川町 今植勝 様

有難うございます。



【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@kcnc.jp

