



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

奈良市南福祉センター 世代間交流事業

同時募集！

受付等 運営ボランティア

◆◆◆ポッチャDE交流会◆◆◆

誰でも楽しむことができるポッチャゲーム！ ワイワイガヤガヤ盛り上がりましょう！！

3月18日(土) 10:30~12:00 30名程度

13:30~15:00 30名程度



幼児から高齢者

(小学3年生以下は
付き添いが必要)

申込:3月11日まで
に直接又は電話で
センターへ

春を呼ぶ

◆◆◆スプリングコンサート◆◆◆

~フルーツ&ピアノの優しい調べにのせて~

3月4日(土) [出演] ミックスジュース

10:00~11:00



60歳以上の
人と家族

春の小川 さくら[森山直太郎]
川の流れのように 他

概ね5歳までの
子どもと家族

50名程度

◆◆暮らしの相談会◆◆



3月28日(火) 14:00~15:30

介護保険サービスや成年後見制度、遺言、相続に関する講座と個別相談。 **要予約**

在宅介護相談センターらくじ苑 ケアマネージャー
コスモス成年後見サポートセンター 行政書士

サークル紹介コーナー

気になるサークル
ちよっとのぞいて！

3月に見学又は体験することができるサークルです
詳しくはセンターまで(62-3730)

- ★[あゆみの会](パソコン) 1日・29日(水) PM
- ★「アメリカンフラワー」 7日(火) AM
- ★絵画クラブ[みな美](水彩画) 8日・29日(水) PM
- ★「糸あそび」(編み物) 10日・24日(金) AM
- ★「さくらんぼ」(編み物) 15日(水) PM
- ★「花 nosode 道場」(己書 筆ペン書) 8日(水) AM
- ★「すいせん」(自彊術 健康体操) 3日・17日(金) AM
- ★「カトレア」(自彊術 健康体操) 8日・29日(水) AM
- ★健康太極拳同好会(楊明時 24式) 3日・17日(金) PM

※センターでは上記以外にも活動されている
サークルがあります

◆◆楽しく健活セミナー◆◆

20P

『カラダは食べた物からできている』
~元気な人生100年のためのヒント

3月24日(金)

14:00~15:00

【講師】
株式会社 明治
管理栄養士
高井 紀子 さん

60歳以上
の人
30名
申込:3月14日までに直接
又は電話でセンターへ
多い場合は抽選 漏れた人
のみ連絡

介護予防教室の日程は裏面に記載しています



3月カレンダー



日 月 火 水 木 金 土

			1 歌って踊って 健康づくり	2 貸し部屋申請 (4月分)	3	4 スプリング コンサート
5 休館日	6 休館日	7	8	9 申込終了 第2期 いきいき体操教室	10 ぼっぼ 食育講座 おたっしゃ 倶楽部	11
12 休館日	13 休館日	14 らくらく 健康体操	15 歌って踊って 健康づくり	16	17	18 世代間交流事業 ポッチャDE 交流会
19 休館日	20 休館日	21	22 休館日	23 申込終了 いきいき 健康ヨガ 縁側カフェ	24 楽しく健活 セミナー	25 
26 休館日	27 休館日	28 暮らしの 相談会	29	30 ラジオ体操	31 毎日 11:30~	

おたっしゃ倶楽部
3月10日(金)
10:00~11:00

高齢者のクラブ活動

認知症の人及び家族
のためのサロン

縁側カフェ
3月23日(木)
14:00~16:00

《介護予防教室》
★歌って踊って健康づくり 1日(水)・15日(水)
11:15~ 申込不要
★らくらく健康体操 14日(火)14:00~ 申込不要
★いきいき健康ヨガ 23日(木)10:00~ 要申込
※ 締め切りました

子育て親子の居場所づくり
ぼっぼ

概ね5歳
未満の子ども
と家族

食育講座
-親子で楽しい食育-
3月10日(土)
10:30~11:30



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