



月ヶ瀬福祉センターだより

令和5年 4月
第144号

貸室・催しについて、新型コロナウイルス感染状況により中止する場合があります。
ご利用の際、利用受付票の記入や入館時の検温を実施しておりますので、ご理解・
ご協力をお願いいたします。※ 詳細等はセンターまでお問い合わせください。



4月



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 休	4	5 ①⑥	6	7 ⑤	8
9	10 休	11	12 ⑥	13	14 ④⑤	15
16	17 休	18	19 ②⑥	20	21 ①⑤	22 ③
23 30	24 休	25	26 ⑥	27	28 ④⑤	29

①健康体操 10:30~11:30

4月5日(水)・21日(金)

■講師：藤井 美由紀 先生

■対象：概ね60才以上の方

健康体操で楽しく健康づくりをはじめましょう。

※ ヨガマットの貸出あり



②いきいき講座 13:30~

「春のお楽しみ会 弦の調べと太鼓の舞」

令和5年4月19日(水)

出演：ウクレレ伊賀教室

なんくるエイサー

対象：概ね60才以上の方

内容：ウクレレ演奏、

沖縄エイサー、津軽三味線



③行政書士による

「なやみの無料相談会」

日時：4月22日(土) 13時~16時
開催日の前々日までに予約をお願いします

④子育てスポット 9:30~12:30

日時 ★4月14日(金)

★4月28日(金)

外遊び、お砂場遊びを
一緒に楽しみませんか？



⑤セブンイレブン移動販売

日時：毎週金曜日

12:00~12:30

場所：月ヶ瀬福祉センター

お待ちしております



⑥パン販売 12:00~

日時 毎週水曜日

場所 月ヶ瀬福祉センター

青葉仁会クラムボンの焼き立てパンです





デイサービス

【～地域密着型通所介護～】



今月の制作は、「お雛様飾り」です。今回は、きれいな色の千代紙がたくさんあったので、着物柄が目立つようにシンプルにお内裏様とお雛様だけにしてみました。

着物柄や色で雰囲気が変わるので、柄や配色選びを楽しまれました。着物柄が決まれば、襟の色と今回は女性の方は自分の着物を選ぶみたいを楽しまれました。

お顔については、自分で描いて頂いたので、かわいい顔・きれいな顔・怒ってる顔・笑ってる顔・お化粧してる顔など自分の好きなお雛様に仕上がりました。



非常勤介護職員募集（介護職に興味のある方無資格でもok） 看護師・准看護師募集

年齢不問・未経験ok・勤務時間相談要・農繁期等相談要

TEL (0743) 92-0204

御連絡お待ちしております。



いきいき講座 報告

「椅子ヨガ」

令和5年2月15日(水) 13:30~14:30

2月のいきいき講座は、ヨガインストラクターの藤井先生にお越しいただきました。呼吸の話をしてくださり、先生の掛け声で呼吸を意識したり体を意識しながら、体を動かすと普段していそうな体操でも新鮮で気持ちよく、体をしっかり動かせました。

講座の後半ではいつのまにか呼吸を深くして体を動かせていたと思います。藤井先生、ありがとうございました。



4月休館日 3日(月)・10日(月)・17日(月)・24日(月)

発行：月ヶ瀬福祉センター 住所：〒630-2302 奈良市月ヶ瀬尾山1124番地

TEL:0743-92-0204 FAX:0743-92-0967

HP: <http://www.narashi-shakvo.com/html/tsukigase.htm> E-mail: tsukigase@narashi-shakvo.com