

## 施設利用のご案内とお手続き

当館利用の際には、老人福祉センター利用証が必要となります  
すぐに発行できます  
のでご本人確認ができる免許証・保険証などお持ちください



年々暑くなり40℃近い猛暑日が続きましたが、お盆も過ぎ、ようやくコオロギの鳴き声が聴こえ秋の気配を感じる季節となりました。しかし、季節の変わり目は体調を崩しやすい時期でもあります。体調管理に気を付けましょう。

## 介護予防教室のご案内

### ♪ リズム体操

日程：9月7日（木）/20日（水）

時間：午後1時30分～

内容：心身ともにバランスの取れた健康体へ導く体操で認知機能を改善します

講師：中川洋子さん 定員：約40名

申込：当日参加申込

### ♪ ミュージック・ケア

日程：9月9日（土）/28日（木）

時間：午前10時30分～

内容：音楽の特性を生かして心身に刺激を与え、情緒の安定と身体機能の促進を図ります

講師：♪ メロディ・アリサ♪ 川西明代さん

定員：約40名 申込：当日参加申込

## クラシックコンサートのご案内

### ♪ ヴァイオリンとピアノの奏でる音楽

日時：9月16日（土）午前10時30分～11時30分【10時開場】

内容：～暮らしに芸術の感動を届けるプロジェクト～

ヴァイオリンとピアノのミニライブをお届けします

演奏者：ヴァイオリン/西尾結花さん ピアノ/福田結衣さん

定員：100名 費用：無料 会場：大集会室

申込は無く、当日直接会場へ お席が埋まり次第、入場終了となります



北福祉センターでは、

総合相談窓口/健康維持増進の各教室/世代間交流事業/  
子育て家族の居場所づくり など実施しています

### くらしのなんでも 相談室

暮らしの中での困りごと・成年後見制度・遺言・相続など専門職による相談会【第2水曜】です

### オープンスペース 『まんまる』

子育て親子が気軽に集い情報共有や交流ができる場所です♪  
対象：奈良市在住の0歳～5歳の未就学児とその家族


### 高齢者のスマホ 相談会

電話・カメラ・アプリ・SNSなどのサポートを行います

新型コロナウイルス感染防止…マスク着用の自由化など規制は解除されましたが、  
新型コロナウイルスが完全に消滅したわけではありません。  
使用する部屋の換気・手指消毒・気になる方はマスクの着用など、  
感染防止対策に引き続き心がけましょう！

日	月	火	水	木	金	土
休館日					1	2
青丹学園看護学科の学生さんと一緒にお話しませんか？ 簡単なスマホの相談にも応じてくれますよ♪ 9月5日～8日 / 26日～29日 火曜～金曜 午前10:00～午後4:00						
3	4	5	6	7	8	9
休館日			いきいき体操教室 午前10:30～ 事前申込の方のみ	介護予防教室 リズム体操 午後1:30～ 申込不要/当日直接	シルバーコーラス 午後1:30～ 事前申込の方のみ	介護予防教室 ミュージック・ケア 午前10:30～ 申込不要/当日直接
10	11	12	13	14	15	16
休館日			くらしのなんでも 相談室 午後2:00～ 申込不要/当日直接	卓球 Day 午前 10:00～12:00 午後 1:00～4:00 申込不要/当日直接		ヴァイオリンとピ アノのクラシック コンサート 午前10:30～ 申込不要/当日直接
17	18	19	20	21	22	23
休館日	敬老の日	休館日	介護予防教室 リズム体操 午後1:30～ 申込不要/当日直接	臨時休館日	オレンジカフェ右京 午後1:30～ 申込不要/当日直接	
24	25	26	27	28	29	30
休館日		スクリーン 午後1:00～ 申込不要/当日直接		介護予防教室 ミュージック・ケア 午前10:30～ 申込不要/当日直接		

26日のスクリーンは舞妓 Haaaan!!! を上映します。大きなスクリーンで映画をゆっくり楽しみませんか？



来館時は、利用証をお持ちください  
感染対策として、手指消毒・換気など引き続き心がけましょう

**当センターを利用出来る方**  
 ◎奈良市在住の60歳以上の方  
 午前9:00～午後5:00まで  
 ※浴室は当面の間中止します

**オープンスペース『まんまる』**  
 ◎奈良市在住の未就学児の親子  
 午前10:00～午後4:00まで

**発行 奈良市北福祉センター 北部会館 2階**  
 住所 〒631-0805 奈良市右京一丁目1番地の4  
 近鉄高の原駅/高の原駅前バスロータリーすぐ  
 TEL: 0742-71-3501 FAX: 0742-71-3548  
 Mail: [kitarousyunnoie@peace.ocn.ne.jp](mailto:kitarousyunnoie@peace.ocn.ne.jp)  
 開館時間: 午前9:00～午後5:00  
 休館日: 毎週 日曜日・月曜日 / 祝日の翌日  
 年末年始 (12月29日～1月3日まで)