



月ヶ瀬福祉センターだより

令和5年11月
第151号

今年も残り2ヶ月を切り、あれよあれよという間に年末が近づいてきました。1年はあっという間に過ぎますが、新鮮な経験が少ないと時間経過が早く感じられるという説もあります。この時節 是非福祉センター事業をご利用ください。



11月



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

★印 月ヶ瀬 ちびっコランド …裏面に詳細

③行政書士による

「なやみの無料相談会」

日時:11月25日(土)13時~16時
開催日の前々日までにご予約をお願いします

④子育てスポット 9:30~12:30

日程 ★11月10日(金)



秋を見つけにお散歩に行きましょう♪動きやすい服装でおこしてください。お待ちしております!!

★11月は施設の都合で1回の開催となります。

いきいき講座9月ご報告

ヨガインストラクターの藤井美由紀先生にお越しいただき、一緒に座ってできるヨガをしていただきました。普段は意識しない呼吸と動作を行い体をリフレッシュすることができました。



①健康体操 10:30~11:30

日程:11月1日(水)・17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 13:00~

(会食会は11:00開始です!)

「みんなで楽しく歌いましょう!」

日程:11月15日(水)

講師:「ミュージックメイトくらぶ」の皆さん
懐かしい歌、思い出の歌と一緒に歌いましょう!



対象:概ね60才以上の方とご家族。初めて会食会ご参加の方、お弁当を申し込みますのでご連絡ください。

⑤セブンイレブン移動販売

日時:毎週金曜日 12:00

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



青葉仁会クラムポンの焼き立てパンです



月ヶ瀬 ちびっこランド



11/19(日)

4年ぶりに開催!

午前10:00～午後3:00

於: 月ヶ瀬福祉センター(月ヶ瀬温泉さん隣り)

対象: 東部地域の乳児から小学生ぐらいの
子どもと保護者 ※申し込み不要

～スケジュール～

- ステージ第一部 10:00～ 第二部 11:30～ 第三部 13:30～
- 体験・工作コーナー、スタンプラリー 10:30～
- 飲食コーナー 12:00～
- じゃんけん大会 14:30～ ※じゃんけんに勝って景品をゲットしよう!



東部地域の子育て世代の方が互いに交流できる催し「月ヶ瀬 ちびっこランド」を4年ぶりに開催します。地域で協力してくださる方や団体の皆さんと一緒にイベントを盛り上げてくださいます。参加いただいた方皆さんで楽しく交流し、月ヶ瀬福祉センターで秋の一日をのんびり過ごさせか!



飲食コーナー

- 豚汁ふるまい (ボランティア月ヶ瀬)
- フライドポテトふるまい (月ヶ瀬地区福祉協力員)
- ポップコーン (月ヶ瀬地区民生委員・児童委員協議会)
- パン、洋菓子、和菓子など (青葉仁会)
- 焼き芋 (青葉仁会)
- ジュース (福祉センター)



体験・工作コーナー

- マクラメ編み (はぐらぶ)
- アイシングクッキー (はぐらぶ)
- WARARIスム (はぐらぶ)
- 整体コーナー (はぐらぶ)
- 紙すき、木工ワークス (青葉仁会)
- クリスマスリース作り (青葉仁会)
- 昔遊び (月ヶ瀬梅寿会)
- 外遊び (奈良市地域おこし協力隊)
- ポッチャ体験 (福祉センター)



ステージコーナー

- 第一部 ダンスと体操をご一緒に! (地域おこし協力隊)
- 第二部 フラダンスを楽しもう (ワカナ Kaiolo hia hula)
- 第三部 おはなし・紙芝居 (おはなしの会「だっこ」)

◇スタンプラリーに参加して
ポップコーンとジュースをゲットしよう!



共催: 奈良市月ヶ瀬福祉センター、月ヶ瀬地区社会福祉協議会

協力: 月ヶ瀬地区民生委員・児童委員協議会、月ヶ瀬梅寿会、月ヶ瀬地区福祉協力員、月ヶ瀬振興協会 月ヶ瀬温泉、はぐらぶ
ボランティア月ヶ瀬、「ワカナ Kaiolo hia hula」、おはなしの会「だっこ」、奈良市地域おこし協力隊、青葉仁会

発行・お問合せ: 奈良市月ヶ瀬福祉センター 電話 0743-93-0204