



奈良市東福祉センターだより

令和6年(2024年)

発行:社会福祉法人 奈良市社会福祉協議会

奈良市東福祉センター

〒630-8113 奈良市法蓮町1702番地の1

TEL : 0742(24)3151

FAX : 0742(27)9028

E-mail : east1968@fine.ocn.ne.jp

東風

1月号



2024

新春を迎え皆様のご健康とご多幸を心よりお祈りいたします。
本年も何卒よろしくお願ひ申し上げます。 令和6年 元旦
東福祉センター 職員一同

2月分の貸室申請は、1月11日(木)から実施させていただきます。



1月の介護予防教室



健やか体操

1/16
(火)

らくらく体操

1/17
(水)

ミュージック・ケア

1/23
(火)

歌体操

1/24
(水)

時間は
10時30分
からです

長寿健康ポイント
70歳以上の人 20P

栄養講座

「認知症予防」

認知症予防に役立つ方法を紹介

1月26日(金)午後1時30分~3時

講師: 健腸アドバイザーの藪 宇輝さん

申込は、1/16(火)までに

定員
35人

電話か直接センターへ



初心者でも気軽に楽しめるクラシックコンサート

1月17日(水)11時40分~12時30分

演奏者: ヴァイオリン/柴田 咲さん
ピアノ/仲内 咲樹さん

申込不要

場所は、1階 奥のロビーです



ビデオ上映会

1月24日(水)13時~

「レ・ミゼラブル」

1998年/134分



2階 音響ビデオルーム

東福祉センター 令和6年1月カレンダー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------|----|--|---|--|--|----|
| | ① | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 休館日 | | | | | | |
| 7 | ⑧ | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 休館日 | | | いきいき体操教室 午後 1 : 30 ~ 受付終了 | なんでもスマホ 相談会 午後 1 : 00 ~ 当日申込 | ポッチャDE なかよし 午前 10 : 00 ~ 当日申込 | |
| ※貸室受付日 | | | | | | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 休館日 | | 介護予防教室 健やか体操 午前 10 : 30 ~ 当日申込 | 介護予防教室 らくらく体操 午前 10 : 30 ~ 当日申込 | シルバーコーラス かがやき 午前 10 : 00 ~ 事前申込 | | |
| 休館日 | | 健康・福祉相談 午後 1 : 30 ~ 当日申込 | 初心者でも気軽に楽し めるクラシックコン サート 午前 11:40 ~ 申込不要 | | | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 休館日 | | 介護予防教室 ミュージック・ ケア 午前 10 : 30 ~ 当日申込 | 介護予防教室 歌体操 午前 10 : 30 ~ 当日申込 | 栄養講座 午後 1 : 30 ~ 要申込 | | |
| 休館日 | | ビデオ上映会 午後 1 : 00 ~ 申込不要 | | | | |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |
| 休館日 | | | | | | |

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『ぷーさん』(子育てスペース)

◎奈良市在住の0歳~5歳児(未就学児)
とその家族

午前10:00~午後4:00まで



利用証の作成を
お願いします

発行 奈良市東福祉センター

住所 〒630-8113
奈良市法蓮町1702番地の1

近鉄奈良駅から奈良交通バス「鴻ノ池」バス停下車
TEL: 0742-24-3151 FAX: 0742-27-9028
Mail: east1968@fine.ocn.ne.jp

開館時間: 午前9:00~午後5:00まで

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)