



# 都祁福祉センターだより



164号

新年を迎えるにあたって、デイサービスのご利用者様と門松を工作しました。「松は千年竹は万年」といわれるように、皆さまが末永くご健勝でご多幸でありますよう心からお祈り申し上げます。



介護予防教室 令和6年2月のプログラム

| 月日    | 曜日 | 時間    | 場所         | 内容 |
|-------|----|-------|------------|----|
| 2月7日  | 水  | 13:30 | 和室         | ヨガ |
| 2月16日 | 金  | 14:30 | または<br>研修室 |    |

【講師】藤井 美由紀さん

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止する場合があります



2月は皮まで大活躍甘い香りの「りんご湯」です！

りんごにはビタミン類やミネラル、ポリフェノールといった健康にいい成分が含まれており、疲労回復・リラックス効果・美肌効果・冷え性改善など様々な効果があります。また、りんごの酸味成分が皮膚に浸透し、血行を促進させ新陳代謝が高まり、ダイエットや風邪予防にもなります。

午前11時から午後4時まで入浴できます。是非お越しください！(※受付は3時30分までです)

## くらしの何でも相談

介護保険のことや生活に関するトラブルや悩みなんでもご相談ください。午後1時～4時まで対応しています。(※申し込みは不要&無料です)

2月2日(金) センター職員が主に担当します

2月3日(土) 東部包括支援センター職員が主に担当します

2月17日(土) 行政書士が主に担当します

また、上記の日以外でも電話等随時対応させていただきます。

## さくら会 (介護予防サロン)

65歳以上でまだ介護保険の利用とまではいかない方や、みんなと1日楽しく過ごしたいと思っておられる方お待ちしております。(※登録必要&参加費500円です)

2月29日(木) 10時～14時30分まで

都祁地区以外の方もお気軽にご参加ください！

## りりーべるず

毎週火～土曜日の10時～16時まで開催しています。

### 2月のイベント予定

1日(木)お話会 10:30～

2日(金) 節分工作 終日

3日(土) 節分工作 終日

10日(土)えいごであそぼう

①10:30～11:00

(赤ちゃん向け)

②11:15～11:45

(幼児向け)

13日(火) バレンタイン工作 終日

14日(水) バレンタイン工作 終日

17日(土)サーキットあそび

①10:30～11:30

②14:00～15:00



29日(木)ひなまつり工作 終日

上記イベント以外はお好きな時間にお越しください。

予約は必要ありません。

マスク着用については任意でお願いします。

詳しくはFacebookとInstagramをご確認下さい。

【お問い合わせ】

0743-82-2624(都祁福祉センター)

090-1154-8568(りりーべるず)

lilybells.tsuge@gmail.com

是非、参加してね！

## いきいき教室

参加対象は65歳以上の方です。

(※申し込みと登録が必要です)

### 2月は腹話術です

2月15日(木) 10時45分～14時00分

参加費一人700円

沢山のご参加お待ちしております！

## 健康体操

みんなで体を動かせば、楽しいだけではなく新しい出会いもあります。是非ご参加下さい。

(※登録必要&参加費300円です)

2月10日(土) 10時15分～12時

### 介護スタッフ募集します

非常勤(パート)は都祁地域内でのお仕事です。

#### 訪問介護

時給 平日1,100円 日・祝1,490円

1件につき+交通費300円・派遣手当100円

時間 月曜日から金曜日の9:00~17:00

週1~3日程度も可

資格 介護職員初任者研修(ホームヘルパー2級)

介護福祉士・実務者研修修了者

年齢 概ね60歳までの方

#### 通所介護

時給(資格あり) 平日1,000円 日・祝1,350円

(資格なし) 平日940円 日・祝1,270円

1日につき+交通費300円・派遣手当100円

時間 火曜日から日曜日の8:30~17:00

年齢 60歳までの方

業務内容 食事介助、レクリエーション、入浴介助など

見学  
随時 OK

☆WワークOK☆資格・経験なしOK!!

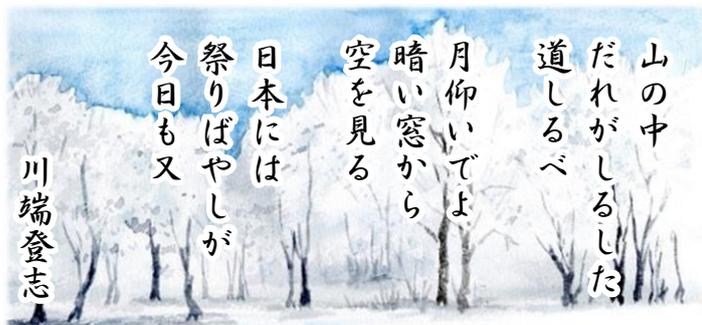
☆ライフスタイルに合わせて週1日や半日勤務など空き時間に働きませんか?

週1日、1日4時間からでもOKです。

本会規定に基づく有給休暇あり

※【応募】まずはお気軽にお電話下さい。(☎0743-82-2624)

※詳細は面談にてご説明致します。



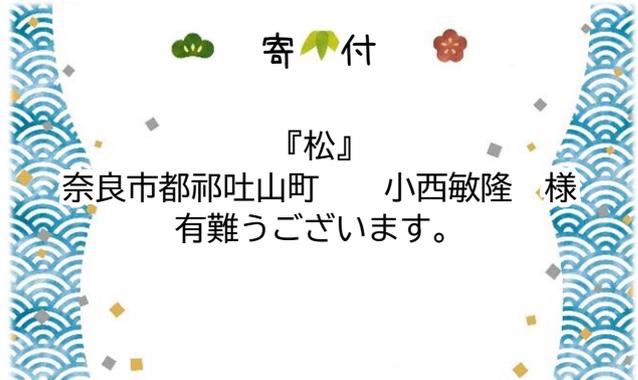
山の中  
だれがしるした  
道しるべ  
月仰いでよ  
暗い窓から  
空を見る  
日本には  
祭りばやし  
今日も又



寒月や  
誰れにも言えぬ  
ことひとつ  
いのししの  
グランドとなり  
捨て田かな  
異国の人に  
草もち売りに  
オーサンキユ



元旦の  
心新たに  
背筋伸び  
幸せを  
感じて一献  
夕食かな  
健康で  
長寿であれば  
言うことなし



### 休館日のお知らせ

2月は5日(月) 12日(月) 19日(月) 24日(土) 26日(月)がお休みです。

【発行】 奈良市社会福祉協議会 都祁福祉センター

【住所】 奈良市蘭生町1922-8 【電話】 0743(82)2624

【FAX】 0743(82)2625 【HP】 <http://www.narashi-shakyo.com/htm/tsuge.htm>

【E-mail】 n-shakyo-tsugefc@kcn.jp

