

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 3月号

健康・福祉相談

3/12(火) 13:30~15:00

もしも身近に認知症の人がいたら...

どんな空間、どんな関わり、どんなプログラム
なら居心地がいいか、実際に体験しながら、
みんなで考えませんか?

相談員：奈良市若草地域包括支援センター
スタッフ

場所：2階 講座室

【申込方法】お電話又は、直接センターに
お越しください。

東福祉センターカフェ
(仮称)フシオープン♪



ボッチャDEなかよし

3/9(土) 10時~12時



当日参加できます

2階 大集会室

なんでもスマホ相談会

3/14(木) 13時~16時

1階 茶室前



ビデオ上映会

3/20(水) 13時~

「ロビンとマリアン」

1976年 / 107分



3月の介護予防教室

歌
体
操

3/6
(水)

ら
く
ら
く
体
操

3/13
(水)

健
や
か
体
操

3/19
(火)

時間はいずれも
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

「笑いの健康効果」



免疫力アップや血糖値の低下、認知症予防等

3月22日(金)午後1時30分~3時

講師：健康管理士の樋口 善輝 さん

申込は、3/12(火)までに

電話か直接センターへ

定員
50人

東福祉センター 令和6年3月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
休館日			介護予防教室 歌体操 午前10:30 ～ 当日申込	※貸室受付日		ポッチャDE なかよし 午前 10:00 ～ 当日申込
10	11	12	13	14	15	16
休館日		健康・福祉相談 午後1:30～ 当日申込	介護予防教室 らくらく体操 午前10:30 ～ 当日申込	なんでもスマホ 相談会 午後1:00～ 当日申込		
17	18	19	20	21	22	23
休館日		介護予防教室 健やか体操 午前10:30 ～ 当日申込	春分の日 ビデオ上映会 午後1:00～ 申込不要	休館日	栄養講座 午後1:30～ 要申込	
24	25	26	27	28	29	30
休館日						

31

当センターを利用できる方

◎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



休館日