

令和6年4月号 北福祉センターだより



春爛漫 桜の便りに心弾ませる季節となります
ハナミズキやチューリップなどの花々が咲き誇ります
春を感じながら散歩やウォーキングを楽しみましょう

施設利用のご案内
「老人福祉センター利用証」
が必要で
手続きには、
運転免許証・
健康保険証



住み慣れた地域で
健康づくり
体力づくり
体操教室や健康栄養
講座へ参加しましょう！



くらしの
なんでも相談室
日時：4月10日(水)
午後2時～4時
相談員：民生委員・児童委員
福祉の専門職が
お話しを伺います
気軽にご相談ください

健康・栄養講座
講話「延ばそう！健康寿命」
日時：4月24日(水)
午後1時30分～
講師：健腸アドバイザー
定員：40人
申込：4月13日(土)までに
電話か同センターへ
多い場合は抽選

北福祉センターのご案内

- ・相談窓口、情報の提供
- ・ニーズに応じた各種相談
- ・健康維持増進の介護予防講座など
- ・社会参加の教養及び各種講座など
- ・自主サークル活動で健康増進
- ・子育て家族の交流の場
- ・同世代、異世代の交流

自分らしく
最高の趣味活動で
友人づくり
仲間づくり



すべての世代の方と
コミュニケーション！
素敵なシニアライフ
体操・音楽・社会活動
など



オレンジカフェ右京
日時：4月26日(金)
午後1時30分～
高齢者(その家族)、地域の方、
専門職、認知症に関心のある方
などが集える場所です。
情報交換や歌・ゲームを楽しみ
ましょう。
参加費：200円



オープンスペース「まんまる」
子育て親子が集い、情報共有と交流
開設日：火曜日～土曜日(祝日の翌日は休)
時 間：午前10時～午後4時
※初回に利用登録
利用できる方
・奈良市在住の概ね就学前

令和6年度 教室のご案内

- 介護予防教室【定員：各概ね40人】
- ★リズム体操
日時：4月20日(土) 午後1時30分～《当日参加申込》
- ★ミュージック・ケア
日時：4月25日(木) 午前10時30分～《当日参加申込》
※ 5月以降の日程は、ポスター掲示でご案内いたします

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館日	2	3	4	5	6
7 休館日	8	9	10 くらしの なんでも相談室 午後2時～ 当日申込	11	12	13 卓球DAY 午前10時～午後4時 申込不要
14 休館日	15	16 英会話を楽しもう！ 午後1時30分～ 申込終了	17	18	19	20 介護予防教室 リズム体操 午後1時30分～ 当日申込
21 休館日	22	23 スクリーン 午後1時～ 申込不要 英会話を楽しもう！ 午後1時30分～ 申込終了	24 健康・栄養講座 午後1時30分～ 事前申込	25 介護予防教室 ミュージック・ケア 午前10時30分～ 当日申込	26 オレンジカフェ右京 午後1時30分～ 当日申込	27
28	29	30 休館日				

センターを利用できる人

○奈良市在住の60歳以上の人
来館時は、利用証をお持ちください

【一般】午前9時～午後5時
※ 浴室は、**当面的間中止します**

○オープンスペース「まんまる」(子育てスペース)
奈良市在住の0歳から5歳児(未就学児)と
その家族
午前10時～午後4時

【発行】 奈良市社会福祉協議会
奈良市北福祉センター

【所在地】 〒631-0805
奈良市右京一丁目1番地の4 奈良市北部会館2階
近鉄京都線高の原駅(駅前バスターミナル南側)

【TEL】 0742(71)3501

【FAX】 0742(71)3548

【E-mail】 kitarousyunnoie@peace.ocn.ne.jp

【休館日】 毎週日曜日・月曜日 国民の祝日の翌日
年末年始(12月29日～1月3日)