



月ヶ瀬福祉センターだより

令和6年4月
第156号

二十四節気の一つで、4月初旬は清明にあたります。この時期には草や木が芽を吹き始め、その種類が何か明らかになってくる頃です。福祉センターの「ふれあい広場」や「散策の森」においても様々な「春の訪れ」を感じていただくことができます。



4月



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

③行政書士による

「なやみの無料相談会」

日時:4月27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・・・4月12日(金)
26日(金)



進級・進学おめでとございます!
春の季節を感じながらお散歩や
シャボン玉など、外遊びを
したいと思います!

①健康体操 10:30~11:30

日程:4月3日(水)・19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 13:30~

(会食会は11:00開始です!)

「体を動かす健康学」

高齢者に必要な筋肉づくり、血流改善
・体温上昇につながるやさしい体操

日程:4月17日(水)

講師:奈良ヤクルト販売(株)



藪 宇輝 先生

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

交通事情等により時間変更になる場
合があります。お待ちしております!



⑥パン販売 売切れるまでだよ!

正午から夕方5時まで

基本:毎週水曜日 センター玄関にて
青葉仁会クラムポンの焼き立てパンです!





地域の宝物「烏梅づくり」を守っていききたい！

月ヶ瀬地区唯一の烏梅職人：中西謙介さん

真っ黒くシワシワの烏梅



梅林にて：中西さん

月ヶ瀬地域で約700年変わらぬ伝統製法で「烏梅づくり」を営む中西謙介さんをご紹介します。烏梅は約1400年前に中国より薬として奈良に伝えられ、その後、紅花染や化粧用の口紅の媒染材としても使用されました。月ヶ瀬地域には、元弘の乱（1331年）の際、笠置に落ち延びた、後醍醐天皇の女官である“園生姫”が月ヶ瀬に滞在したときに、烏梅の製法を伝えたと言われています。烏梅の製造は7月、完熟して落下した梅に炭をまぶすところから始まり、一昼夜いぶし、1か月半乾燥させることにより、真っ黒くシワシワの烏梅が完成するそうです。そして烏梅の酸とベニバナの持つ色材が反応することで、紅色の染料ができるとのこと。中西さんは、「もう少し効率の良い方法もあると思いますが、伝統製法で作ることに価値があると思っています」と語られます。中西さんは、月ヶ瀬梅林にあるお店（梅古庵）での烏梅販売や、テレビ等を広報として、ベニバナづくりのワークショップを開催する等、烏梅の魅力を地域内外に発信されています。長年にわたり地域に伝わってきた文化には人々を魅了する力があり、これを守り伝える中西さんのお仕事は、地域活性化の源となっています。この春、月ヶ瀬温泉手前の敷地に新たな烏梅づくりの工房が完成予定とのこと。地域の宝物「烏梅づくり」の現場を訪ねてみませんか！

★施設介護員さん・看護職員さん募集！

楽しく、やりがいのあるお仕事です。初めての方、ブランクのある方も大歓迎！

- 勤務時間：基本午前8時30分～午後5時15分 ご希望時間相談できます
- 施設介護員（資格あり） ●施設介護員（資格なし） ●看護職員
- 【平日】1,000円 【平日】900円 【平日】1,450円
- 【休日】1,350円 【休日】1,220円 【休日】1,960円



いきいき講座 報告

「HAPPY いきいき講座」

令和6年2月14日（水）開催

2月のいきいき講座は、月ヶ瀬中学校の1年生（小中学校7年生）の生徒さんによる力強いソーラン節の演舞で、初めからとても盛り上がりました。他にもダンスやみんなで踊った月ヶ瀬小唄などを通して、終わりまで会場全体を楽しませていただきました。生徒さんの若さや元気を分けていただき、幸せなひとときでした。月ヶ瀬小中学校のみなさん、ありがとうございました！



4月休館日 1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)

発行：月ヶ瀬福祉センター 住所：〒630-2302 奈良市月ヶ瀬尾山1124番地

TEL:0743-92-0204 FAX:0743-92-0967

HP：<http://www.narashi-shakyo.com/html/tsukigase.htm> E-mail：tsukigase@narashi-shakyo.com