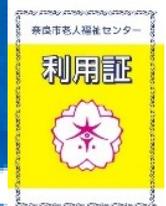


本格的な夏がやってきましたね！
今年も最高気温が更新されそうです。暑さで体力が奪われます。熱中症にならないように日頃から体力維持のために「よい睡眠」、「栄養のある食事」それに「適度な運動」をして暑い夏を乗り切りましょう！北福祉センターがみなさんの元気で、すてきな笑顔がひろがる場所でありますように🍀

施設利用のご案内とお手続き

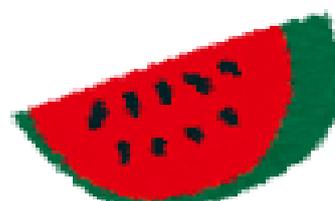
当館利用の際には、老人福祉センター

利用証が必要となります
すぐに発行できますので
ご本人の確認ができる
免許証か保険証などを
お持ちください



注 特殊詐欺の被害が発生しています!!

う！警察に相談し、家族や
見ないで、必ず家族や
よ！うちに設置した
ツラセ！に設定した
知らなくて、届かない
疑う！に話さず、詐欺
の！必ず話さず、詐欺
れ！金を返さず、詐欺
金！金を返さず、詐欺
投！金を返さず、詐欺
つ！金を返さず、詐欺
サ！金を返さず、詐欺
L！金を返さず、詐欺
◎！金を返さず、詐欺
り！金を返さず、詐欺
れ！金を返さず、詐欺
M！金を返さず、詐欺
振！金を返さず、詐欺
誘！金を返さず、詐欺
りの！金を返さず、詐欺
年！金を返さず、詐欺
◎！金を返さず、詐欺
発！金を返さず、詐欺
資！金を返さず、詐欺
「！金を返さず、詐欺
」！金を返さず、詐欺
還！金を返さず、詐欺
付！金を返さず、詐欺
「！金を返さず、詐欺
」！金を返さず、詐欺
の！金を返さず、詐欺
詐！金を返さず、詐欺
害！金を返さず、詐欺
が！金を返さず、詐欺
多！金を返さず、詐欺
投！金を返さず、詐欺



★くらしのなんでも相談室

7月10日(水) 午後2時～4時

暮らしの中での困りごとなど、あなたの“ちょっと気になること”をお気軽にご相談ください。地区民生委員・児童委員と福祉の専門職でお話を伺います。必要に応じて、必要な専門機関にお繋ぎいたします

元気ならエクササイズ

自分の体力にあわせて健康づくりをしましょう！

くわしくは、館内の案内か、しみんだより7月号をご確認ください。お申し込みは、センター直接か電話にて7月11日(木)までにお申し込みください。お申し込みが多い場合は抽選し、はずれた方のみ連絡します。

●オレンジカフェ右京

7月26日(金) 午後1時30分～3時30分
音響ビデオルーム

一人暮らしや認知症が気になる方、どなたでもご参加いただけます。お茶を飲みながら気楽にお話しませんか？申込不要
参加費：200円(お茶&お茶菓子)



スクリーン～(映画鑑賞)

7月23日(火) 午後1時～

『家族はつらいよ』(上映時間 108分)

出演：橋爪功・吉行和子 他

★シルバーコーラスかがやき

参加希望の方は事務所までお問い合わせください。
第1回目6月開催の様子を掲載しています。



卓球Day 7月12日(金)

午前9時～午後4時



北福祉センター 令和6年7月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
休館日		英会話を楽しもう 午後1時30分～ 申込終了		介護予防教室 リズム体操 午後1時30分～ 当日申込	シルバーコーラス かがやき 午後1時30分～ 申込終了	スマホ 困りごと相談 6/27まで 申込受付・抽選
7	8	9	10	11	12	13
休館日		英会話を楽しもう 午後1時30分～ 申込終了	くらしの なんでも相談室 午後2時～4時 当日申込		卓球 Day 午前9時～午後 4時 申込不要	介護予防教室 ミュージック・ケア 午前10時30分～ 当日申込
14	15	16	17	18	19	20
休館日		休館日	介護予防教室 リズム体操 午後1時30分～ 当日申込	元気なら エクササイズ 7/11まで 申込受付・抽選		
21	22	23	24	25	26	27
休館日		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		介護予防教室 ミュージック・ケア 午前10時30分～ 当日申込	オレンジカフェ 右京 午後1時30分～ 当日申込	
28	29	30	31			
休館日		英会話を楽しもう 午後1時30分～ 申込終了				

※センターを利用できる人

◎奈良市在住の60歳以上の方
午前9時～午後5時まで

※浴室は使用中止しています

※来館時は、利用証をお持ちください

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）と家族
午前10時～午後4時まで

発行 奈良市社会福祉協議会
奈良市北福祉センター

住所 〒631-0805
奈良市右京一丁目1番地の4 北部会館2階
近鉄高の原駅/高の原駅前バスロータリー南側

TEL: 0742-71-3501

FAX: 0742-71-3548

Mail: kitarousyunnoie@peace.ocn.ne.jp

開館時間: 午前9時～午後5時

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）