

北福祉センターだより

令和7年 6 月号 第95号

6月のイメージは何を想像されますか？

父の日、紫陽花（あじさい）、祝日がない…梅雨、つゆ、
日差しが少なく雨が降っている。ジメジメと蒸し暑く湿度が高い
と、汗をかいても蒸発しにくくなり、体の中に熱がこもります。
エアコンを適切に使い、こまめに水分補給をして熱中症に気を
付けましょう。



☆ CoCo カフェ

6月19日(木) / 6月25日(水) 午後2時～4時
気軽に集まって、気兼ねなく、ゆっくりと、くつろいで、おしゃべり、楽しいこと、うれしいこと、みなさんといっしょに広
くつながっていきましょう。

申込不要です。

お茶＆お茶菓子代 お一人 100円

6/19(木)は青丹学園生も参加します。



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。



🍊 オレンジカフェ 右京 🍊

6月27日(金)

午後1時30分～

3時30分 申込不要

参加費：200円
(お茶＆お茶菓子)

【介護予防教室】

♪リズム体操

6月5日(木)/6月18日(水)

13時30分～14時30分

どちらも

当日に参加
申し込み

♪ミュージック・ケア

6月14日(土)/6月26日(木)

10時30分～11時30分

～卓球DAY～



**6月28日(土)午前9時
～午後4時**

気軽に自由にご参加い
ただけます。

【健康・栄養講座】(長寿健康ポイント 70 歳以上 20P)

6月25日(水)13時30分～15時

「これですっきり!! 疲労回復講座」

食事、運動、睡眠を改善しスッキリ!

講師: 健腸アドバイザー 藪 宇輝氏

申込: 6月18日(水)までに電話か直接センタ
ーへ。多い場合は抽選、漏れた方のみ連絡。



“シルバーコーラス”かがやき”

参加者募集します

令和7年7月～令和8年2月



毎月第1金曜日

令和8年1月は第2金曜日

参加費 4,000円(全8回) 申込みは 6/24 まで

青丹学園看護学科生にお話聞かせて下さい
(実習予定) 6月10日(火)/6月11日(水)

6月12日(木)/6月13日(金)



再度のお知らせです

『くらしのなんでも相談室』の相談会場
と名称が4月から変更しています。

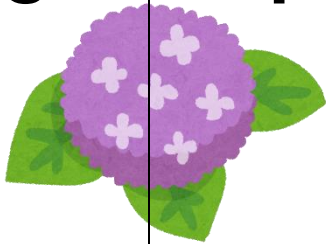
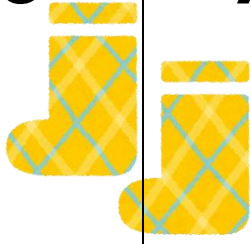
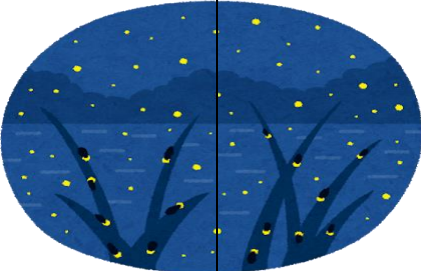


場所: すずらん館

名称: あったかいネットと高の原



北福祉センター 令和7年6月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休館日				定例貸室受付 午前9時～10時 介護予防教室 リズム体操 午後1時30分～ 当日申込		
8	9	10	11	12	13	14
休館日						介護予防教室 ミュージック・ケア 午前10時30分～ 当日申込
15	16	17	18	19	20	21
休館日			介護予防教室 リズム体操 午後1時30分～ 当日申込	CoCo カフェ 午後2時～ 自由参加		
22	23	24	25	26	27	28
休館日			健康・栄養講座 午後1時30分～ 申込必要 CoCo カフェ 午後2時～ 自由参加	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	 卓球DAY 午前9時～ 午後4時 当日参加
29	30			※各主催行事の開始時間の2時間前に気象警報が発出された場合は、その行事を中止します。 開始時間中に発出された場合は、センター内で待機するなど気象状況により判断します。		
休館日						

※センターを利用できる人

◎奈良市在住の60歳以上の方
午前9時～午後5時まで
※来館時は、利用証をお持ちください
※浴室は使用中止しています

※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
家族 午前10時～午後4時まで

(7月号は6月24日頃に発行予定です)

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: 毎週日曜日と月曜日・祝日の翌日

年末年始(12月29日～1月3日まで)