

北福祉センターだより

令和7年 7 月号 第96号

6月から暑い日が続いていますが、本格的な夏は7月から始まります。35度を超える猛暑日も当たり前になってきました。

体に熱をためないように適切にエアコンを使いましょう。

また、のどに渴きを感じた時には、すでに脱水症状を引き起こしている可能性があります。こまめに水分補給をしましょう。



介護予防教室



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。



リズム体操 7月10日(木) / 7月23日(水)

13時30分～14時30分

心身ともにバランスの取れた健康体へ導く体操で認知機能を改善します



ミュージック・ケア 7月12日(土) / 7月24日(木)

10時30分～11時30分

音楽の特性を活かして心身に刺激を与え、情緒の安定と身体機能の安定と身体機能の促進を図ります

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

ネットと高原

～卓球DAY～



7月5日(土)午前9時～午後4時

北福祉センター大集会室を月1回、卓球DAYとして開放しています。当日自由参加です。ラケットはできましたら各自ご持参ください。



🍊オレンジカフェ右京🍊

7月25日(金)

午後1時30分～3時30分

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軽にお話しませんか？ 申込不要
参加費：200円（お茶＆お茶菓子）

☆CoCoカフェ

7月10日(木) / 7月23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

7月10日(木)は
青丹学園実習生も
参加します

8月のCoCoカフェ

8月2日(土)

9:30～13:00



今回は無料です

つながりフェスタ

大人ルールの簡単なゲームにも参加して下さい(スマートボール、カップゲーム、さかなスポンジつりゲーム、ミニマツトで神経衰弱)



北福祉センター 令和7年7月カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
青丹学園看護学科の学生さんが実習として来館！ 一緒にお話しませんか？ 7月8日～11日/29日～31日 9時～16時				定例貸室受付 午前9時～10時 スマホ困りごと相談 申込み必要	シルバーコーラス かがやき 午後1時30分～ 申込み必要	卓球DAY 午前9時～ 午後4時 当日参加
6	7	8	9	10	11	12
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		介護予防教室 ミュージック・ケア 午前10時30分～ 当日申込
13	14	15	16	17	18	19
休館日						
20	21	22	23	24	25	26
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 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	
27	28	29	30	31		
休館日				※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。		

※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

(8月号は7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)