



都祁福祉センターだより

182号

サービス 外出レク

6月27日(金)、18名の利用者様と河合町の県営馬見丘陵公園に出かけました。メインの花菖蒲はあいにく見頃を過ぎていましたが、紫や青、ピンクや白など色とりどりでとても綺麗でした。他にも、紫陽花や自然の風景を眺め、「外で緑を見られてよかった」と、久しぶりの外出レクを満喫できたようです。



8月は夏にピッタリ

すっきり爽快の「ミント湯」です！

ミントのメンソールという成分は身体を温める一方で入浴後の発汗が少なく、汗がさっと引くので夏の風呂にはピッタリ。夏バテの回復や冷房による冷え性、疲労回復などに最適です。

簡単！自宅でミント湯の作り方

1. 夏から秋の開花期に地上部分をつみとり陰干しします。
2. 2つかみ(30グラム)を布袋に入れます。
3. 上から1升(約2リットル)の熱湯をかけて15分～20分ほど蒸らします。その汁と袋を風呂に入れ、よくかき混ぜます。

リリーベらず

毎週火～土曜日の10時～16時まで開催しています。

8月のイベント予定

- 2日(土) プール遊び 10:30～14:30
- 7日(木) お話会 10:30～
- 9日(土) サーキットあそび
 - ① 10:30～11:30
 - ② 13:45～14:45
- or
- プール遊び 10:30～14:30
- 16日(土) えいごであそぼ！！ 10:30～11:00
- 21日(木) プレママ・プレパパサロン (プール) 10:30～
- 23日(土) プール遊び 10:30～14:30
- 28日(木) 保育コンシェルジュによる入園説明会 10:30～
- 30日(土) プール遊び 10:30～14:30



上記イベント以外はお好きな時間にお越しください。
予約は必要ありません。
詳しくはFacebookとInstagramをご確認下さい。

【お問い合わせ】

0743-82-2624(都祁福祉センター)
090-1154-8568(リリーベらず)
liliybellts.suge@gmail.com

是非、参加してね！

くらしの何でも相談

介護保険のことや生活に関するトラブルや悩みなんでもご相談ください。午後1時～4時まで対応しています。(※申し込みは不要＆無料です)

8月1日(金) センター職員が主に担当します

8月16日(土) 行政書士が主に担当します

また、上記の日以外でも電話等随時対応させていただきます。

さくら会 (介護予防サロン)

65歳以上でまだ介護保険の利用とまではいかない方や、みんなと1日楽しく過ごしたいと思っておられる方お待ちしています。(※登録必要＆参加費800円です)

8月28日(木) 10時30分～14時30分まで

都祁地区以外の方もお気軽にご参加ください！

いきいき教室

8月は夏休みの為

お休みです

健康体操

みんなで体を動かせば、楽しいだけではなく新しい出会いもあります。是非ご参加下さい。

(※登録必要＆参加費300円です)

8月2日(土) 10時15分～12時

～田舎ぐらしのよもやま話～

年を重ねて思う事は、“ありがとう”の一言である。
 感謝の心を持つと、人との友情が強くなる。
 又 感謝されるとさわやかな気持ちになり、何事にも頑張れる。
 子犬をたくさん連れて散歩される御夫婦が、大阪の方から私の村へ引っ越してこられて、一寸話をしただけで友達になり、毎朝散歩される時お姿を見かけると、ちぎれんばかりに手を振って下さる。私も負けず大きく手を振る。この行動が私を勇気づけ、喜びに変わる。
 心からの笑い、心からの感謝、これが私の長生きの秘訣かな？
 本を読む、数独を毎日する、一寸いいなと思う文章をチョコッと書き込む。
 読み返しクスッと笑うことが大好き、いきいき教室大好き
 雑誌大好き、畑仕事も大好き。

操

都祁で地域福祉のために一緒に仕事をしませんか。
 訪問介護ヘルパーの非常勤職員を募集しています。

《訪問介護ヘルパー》

平日 1,150円

休日 1,560円

(処遇改善加算手当有)

派遣手当・旅費有

担当 東

介護予防教室 令和7年8月のプログラム

月日	曜日	時間	場所	内容
8月6日	水	13:30	和室	ヨガ
8月22日	金	14:30	または 研修室	

【講師】藤井 美由紀さん

寄付

『十葉』

奈良市都祁吐山町 小西敏隆 様

有難うございます。

中西晃子

青田道 揺られて弟
 デイの車に
 子ら三人
 さか上りする
 夏空蹴って
 梅 三十六度や
 今日 気温

休館日のお知らせ

8月は4日(月) 11日(月) 18日(月) 25日(月)がお休みです。

【発行】 奈良市社会福祉協議会 都祁福祉センター

【住所】 奈良市蘭生町1922-8 【電話】 0743(82)2624

【FAX】 0743(82)2625 【HP】 <http://www.narashi-shakyo.com/htm/tsuge.htm>

【E-mail】 n-shakyo-tsugefc@kc.n.jp

