



みなみ通信

R7年
12月号

奈良市南福祉センター

南福祉センターは、奈良市社会福祉協議会が指定管理している施設です

◆健康講座◆

「知っ得！インフルエンザ予防」

20P付与

インフルエンザ感染症予防についてのお話

12月5日(金) 10:30~11:30

▼講師 大塚製薬株式会社 奈良出張所
南井 隆志 さん

▼対象 60歳以上の奈良市民 60名

▼申込 11月28日(金)までに直接又は電話

◆手作りサロンー正月の箸紙づくり◆

12月6日(土) 10:30~11:30

手作り祝箸でお祝いしましょ！

申込不要

ゆっくりほっこりお話ししよう 100円

◆みなみDEちょこっとカフェ◆



12月13日(土) 10:00~13:00

ぽっぽクリスマス会同時開催

スイーツ？付き

◆やさしいスマホ教室◆

ーデジタルリテラシーを身につけて
あんしん・安全にインターネットを楽しもうー
12月10日(水) 13:30~14:30

▼講師 ドコモショップ奈良やすらぎ通り店

▼対象 60歳以上の奈良市民 30名

▼申込 12月3日(水)までに直接または電話

クリスマスを楽しんじゃおう！

◆ぽっぽ クリスマス会◆



12月13日(土) 10:30~11:30

スマイルポケットコンサート！

※要申し込み(こども30人)

みなみDEクリスマスコンサート 2025

12月24日(水) 13:30~14:30

都南中学校吹奏楽部による生演奏を



申込不要



＜ふれあい農園レポート＞

冬野菜のシーズンを迎えました。ボランティアの皆様
様の協力もあって、大根、ホウレンソウ、白菜、人
参などすくすくと育ち、収穫が待ち遠しいこの頃で
す。これらの野菜は、センターでのふれあい事業で
の活用他、生活にお困りの方などにお届けしていま
す。

◆栄養健康講座◆

20P付与

「恐いぞ！

腸内腐敗高齢者の便秘改善」

12月23日(火) 13:30~14:30

▼講師 奈良ヤクルト販売株式会社
健康管理士 樋口 善輝 さん

▼対象 60歳以上の人 60名

▼申込 12月16日(火)までに直接又は電話

LINE 公式アカウント

QRコードをスキャンして
LINEの「友だち追加」
してくださいね!!



奈良市・東西南北福祉センターの
LINE公式アカウントを開設しました!!

「教室」「講座」「イベント」など
施設に関する様々な情報を発信していきます
お気軽にご利用ください!

東福祉センター TEL:0742-24-3151 / 西福祉センター TEL:0742-41-3151
南福祉センター TEL:0742-62-3730 / 北福祉センター TEL:0742-71-3501

＜年末年始休館日のお知らせ＞

令和7年12月28日(日)~

令和8年1月5日(月)



南福祉センター 12月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
休館日			いきいき体操教室 午前10時半～11時半 事前申し込みされた方	貸室申請(1月分) 午前9時～	健康講座 午前10時半～11時半 要申込	手作りサロン 正月の箸紙づくり 午前10時半～11時半 当日参加
7	8	9	10	11	12	13
休館日		介護予防教室 らくらく健康体操 午後1時半～2時半 当日受付	やさしいスマホ教室 午後1時半～2時半 要申込	介護予防教室 リフレッシュ体操 午前10時半～11時半 当日受付		ぽっぽ クリスマス会 午前10時半～11時半 要申込 ちょこっとカフェ 午前10時～午後1時
14	15	16	17	18	19	20
休館日			介護予防教室 リフレッシュ体操 午前10時半～11時半 当日受付	スポーツDAY(卓球) 午前9時～午後4時 当日受付	シルバーコーラス かがやき 午後1時半～3時 事前申込された方	みんなDEボッチャ 午前10時～11時半 要申込(当日可)
21	22	23	24	25	26	27
休館日		栄養健康講座 午後1時半～2時半 要申込	介護予防教室 やさしい椅子ヨガ 午前10時半～11時半 当日受付 都南中学吹奏楽部 クリスマスコンサート 午後1時半～2時半 当日参加	縁側カフェ 午後2時～3時半 当日受付 参加費:100円 スポーツDAY(卓球) 午前9時～午後4時 当日受付		
28	29	30	31	 良いお年をお迎えくださいませ!		
休館日						

当センターを利用出来る方

- ◎奈良市在住の60歳以上の方
午前9時～午後5時まで
※浴室は当面の間中止します
- ◎市内社会福祉事業団体関係者
- ☆子育て家族の居場所づくり
オープンスペース 『ぽっぽ』
- ◎奈良市在住の概ね就学前(0歳～5歳)の子どもとその家族
- ◎子育て・子育て支援に関心のある方
午前10時～午後4時まで

発行 奈良市南福祉センター

〒630-8443
 奈良市南永井町45-1 (都南中学校東隣)
 TEL: 0742-62-3730
 FAX: 0742-62-3780
 E-mail: minamifukushi-senter@ares.eonet.ne.jp
 開館時間: 午前9時～午後5時まで
 休館日: 日曜日/月曜日/祝日の翌日
 年末年始(12月28日～1月5日まで)