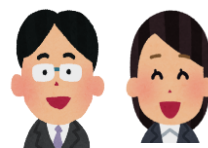




月ヶ瀬福祉センターだより

令和7年 12 月
第 176 号

今年もあっという間の一年だったような気がしますが皆さまいかがでしょうか。
12 月を笑顔で締めくくることが、来年を明るくスタートさせる秘訣かもしれませんね。今月も皆様のご来訪を笑顔でお待ちしております。



12 月



日	月	火	水	木	金	土
	1 休	2	3 ⑤①	4	5	6
7	8 休	9 ★⑥	10 ⑤②	11	12 ④	13
14	15 休	16 ⑥	17 ⑤	18	19 ①	20
21	22 休	23 ⑥	24 ⑤	25	26 ④	27 ③
28	29 休	30 休	31 休			

★12 月 9 日は、カフェ UMEBA の日
今回はクリスマス会を開催します。
サンタさんも来てくれる予定です！



③行政書士による「なやみの無料相談会」

日時：12 月 27 日(土)13時～16時

開催日の前々日までに予約をお願いします

④子育てスポット 9：30～12：30

日程 ☆12 月 12 日(金)

☆ 26 日(金)



12 日は、エクササイズをします。
動きやすい服装でお越しください♪

①健康体操 10：30～11：30

日程：12 月 3 日(水)・19 日(金)

■講師：藤井 美由紀 先生

■対象：概ね 60 才以上の方

健康体操で楽しく健康づくりをはじめましょう。

※ ヨガマットの貸出あり



②いきいき講座 11：00～

(今回は午前になります。)

日程：12 月 10 日(水)

『HAPPY いきいき講座』

劇など。お楽しみに！

出演：月ヶ瀬小中学校

中学1年生、小学生2学年

対象：概ね 60 才以上の方とご家族。初めて会食会
ご参加の方お弁当を申込みますのでご連絡ください。



⑤コープ移動販売をご利用ください！

日時：毎週水曜日になりました
12：15～12：35

⑥パン販売！お待ちしております！

日時：毎週火曜日になりました
12：00～

職員紹介 よろしくお願ひします！

この度、週に2日程度事務として勤務させていただくことになりました住岡いづみです。普段はエステサロンを営んでおり、人と関わること・心身のケアをすることを大切にしています。福祉センターでは、皆様が気持ちよく過ごせるよう、笑顔で丁寧にお手伝いさせていただきます。地域の皆様のお役に立てるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



**助け合いによって安心して暮らせる地域づくりをめざしたい！
「有償ボランティア月ヶ瀬たすけ愛」の活動がスタートしました！**

「月ヶ瀬たすけ愛」は、地域のボランティアが、日常生活の手助けを必要としている月ヶ瀬地域の高齢者宅などを訪問し、依頼内容にもとづいた支援を行う助け合い活動です。

介護保険が普及したものの、サービス内容には限度があり、高齢者世帯だけでは解決できない生活の困りごとが多く表れてきました。そんな中「住民の互いの支え合いにより、安心して暮らし続けられる仕組みを作りたい」と、月ヶ瀬在住の3人（三井氏、奥本氏、中岡氏）が中心となり、ボランティア活動のしくみ作りの検討をしました。ボランティアが、「誰かのためにしてあげる」という形だけではなく、活動者が自身の経験を活かして活動することで、住民の役にたち、自身のやりがいのにもつながる、住民同士の支え合い活動により、生活課題を解決する仕組みが完成し、これを「月ヶ瀬たすけ愛」と名付けました。内容は、ゴミの分別や、草引き、窓ふき、話し相手、電球交換などを想定しており、支援希望者は、入会金1000円と利用料として30分500円でサービスを受けることができます（詳しくは月ヶ瀬たすけ愛事務局：月ヶ瀬福祉センターまで）。グループ代表の三井さんは、「この仕組みが出来るまで、多くの方の協力とアドバイスをいただきました。まだスタート位置についたばかりですが、月ヶ瀬住民の支え合いと繋がりづくりを大切にして安心とふれあいを届けていきたい。今後も皆様のご支援をよろしくお願いします」と熱く語られました。

デイサービス

～月ヶ瀬子ども園児との交流～

園児たちがデイサービスのホールで元気いっぱいの歌を披露してくれました。手作りプレゼントの交換もあり、園児も利用者さんにも笑顔がこぼれ、世代を超えた温かいふれ合いの時間となりました！



～月ヶ瀬文化祭に出展しました～

「敬老の日」の作品として、100歳を迎えられる利用者さんのお祝いに、みんなで色とりどりの手形をとった壁紙や、利用者さんが日頃作られた折り紙の作品等を、公民館の文化祭に出展し、多くの方に鑑賞していただくことが出来ました。



いきいき講座 報告

「演歌の花道！・サギにあっちゃった (>_<)」

令和7年10月15日（水）開催

10月のいきいき講座は、「POFA（ポファ）」さんに、ご公演いただきました。美空ひばりなど、お馴染みの歌が沢山出てきて、皆さん懐かしく口ずさんでおられました。また、高齢者がどのように詐欺に騙されていくのか、分かりやすく演劇をしてくださり、今までは詐欺には合わないと思っていましたが、これなら自分も騙されるかも！と参加者された皆さんも気づくことが出来ました。詐欺にはご注意を！次回も沢山の方のご参加をお待ちしています。



12 月休館日 1 日(月)・8 日(月)・15 日(月)・22 日(月)・29 日(月)・30 日(火)・31 日(水)

発行：月ヶ瀬福祉センター 住所：〒630-2302 奈良市月ヶ瀬尾山 1124 番地

TEL: 0743-92-0204 FAX: 0743-92-0967

HP: <http://www.narashi-shakyo.com/html/tsukigase.htm> E-mail: narasyakyo.tsukigase@kcn.jp