



都祁福祉センターだより

187号

あけましておめでとうございます。

皆様には、輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。日頃より、当施設の運営にご理解とご協力を賜り誠に有難うございます。

また、「都祁福祉センターだより」におきましては、自治会長様をはじめ自治会関係者の方々のご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

都祁地区社協、りりーべるず、各ボランティア、民生委員さん等と共に連携を図り、地域の生活がよりよいものとなりますよう、職員一同精進してまいります。

これからも変わらぬご支援とご指導、ご鞭撻を賜ります様よろしくお願ひ申し上げます。

皆様にとって、この一年が幸多き年となりますよう心からお祈り申し上げます。

都祁福祉センター職員一同

りりーべるず

毎週火～土曜日の10時～16時まで開催しています。

1月のイベント予定

8日(木)お話会 10:30～

10日(土)サーキットあそび

①10:30～11:30

②13:45～14:45



15日(木)WARAリズム 10:30～

17日(土)えいごであそぼ！！ 10:30～

22日(木)ちょっとベジタブル

クッキング 10:30～

29日(木)プレパパ・プレママサロン

10:30～

30日(金) 節分工作 終日

31日(土)

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
インスタグラムをご確認下さい。

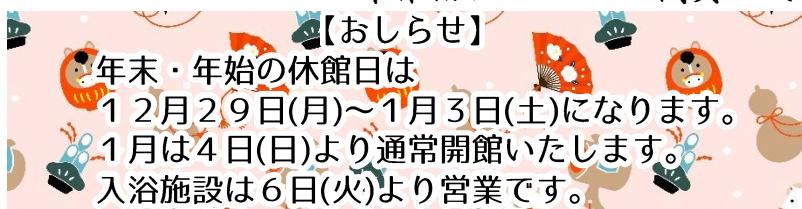
【お問い合わせ】

0743-82-2624(都祁福祉センター)

090-1154-8568(りりーべるず)

liliybells.tsuge@gmail.com

是非、参加してね！



年末・年始の休館日は
12月29日(月)～1月3日(土)になります。
1月は4日(日)より通常開館いたします。
入浴施設は6日(火)より営業です。

1月は「松湯」に入って一年の健康を祈りましょう
松の精油成分に含まれる、皮膚を刺激する作用によって
血行が促進され、身体の隅々まで血液が循環します。神経
痛やリウマチ、肩こりや腰痛にも効果があります。

午前11時から午後4時まで入浴できます。是非お越しください！
(※受付は3時30分までです)

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)

1月9日(金) センター職員が主に担当します

1月17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隨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)

1月29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

参加対象は65歳以上の方です。

(※申し込みと登録が必要です)

1月はbingoゲーム大会です

1月22日(木) 10時45分～14時30分

参加費一人600円

沢山のご参加お待ちしております！

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)

1月17日(土) 10時15分～12時

たのしく！元気に！いきいき教室

11月はお花の寄せ植え、12月はお笑い演芸会落語二席でした。
いきいき教室では毎月メニューを変えて、健康づくり、仲間づくりのお手伝いの為、令和8年度企画検討中です。
一人でも多くの方のご参加をお待ちしております。



デイサービス工作

12月のクリスマス工作は、色紙で小さなサンタクロース「マイサンタ」を作りました。サンタクロースの顔は、ご利用者様のとびきりの笑顔の写真を使用させていただきました。皆様サンタ姿がよくお似合いでいます。



介護予防教室 令和8年1月のプログラム

月日	曜日	時間	場所	内容
1月7日	水	13:30 ~	和室 または 研修室	ヨガ
1月16日	金	14:30		

【講師】藤井 美由紀さん



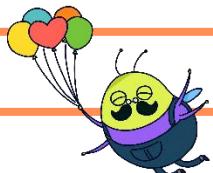
山辺正介



中西晃子

休館日のお知らせ

1月は1日(木) 2日(金) 3日(土) 5日(月) 12日(月) 19日(月) 26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】 奈良市薗生町1922-8 【電話】 0743(82)2624

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

【E-mail】 n-shakyo-tsugefc@kcn.jp