



都祁福祉センターだより



188号

寒中お見舞い申し上げます。
インフルエンザをはじめ、さまざまな感染症が流行しはじめる季節となりました。
当施設では、手洗いうがい、検温、手指の消毒はもちろん、施設内の換気や消毒を行っております。
利用者様の安心・安全を守る為、今後も万全の対策に励みますので、よろしくお願ひ申し上げます。

都祁福祉センター職員一同



2月は皮まで大活躍

甘い香りの「りんご湯」です。

りんごにはビタミン類やミネラル、ポリフェノールといった健康にいい成分が含まれており、疲労回復・リラックス効果・美肌効果・冷え性改善など様々な効果があります。また、りんごの酸味成分が皮膚に浸透し、血行を促進させ新陳代謝が高まり、ダイエットや風邪予防にもなります。

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）

2月6日(金) センター職員が主に担当します

2月21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、みんなと一緒に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）

2月26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！

リリーベルズ

毎週火～土曜日の10時～16時まで開催しています。

2月のイベント予定

5日(木)お話会 10:30～

6日(金)バレンタイン工作 終日

7日(土)

14日(土)サーキットあそび

①10:30～11:30

②13:45～14:45



19日(木)WARAリズム 10:30～

21日(土)えいごであそぼ！！ 10:30～

26日(木)プレパパ・プレママサロン

10:30～

27日(金)おひなさま工作 終日

28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(リリーベルズ)

liliybells.tsuge@gmail.com

是非、参 加 し て ね ！

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）

2月はミュージックケアです

2月19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）

2月7日(土) 10時15分～12時

オレンジカフェつぶちゃん

12月より福祉センターロビーにて、認知症カフェ「オレンジカフェつぶちゃん」をプレオープンしました。

1月15日(木)に2回目を開催し、ボランティアの方々のご協力のもと、コーヒーやゆずティーなどを楽しみながら、思い思いの時間を過ごされました。今回は、前回ご参加くださった方、デイサービスのご利用者様など、計40名の方がお越しになりました。

今後も、地域の方々の集いの場所として定着するように取り組んでまいります。



山辺正介



中西晃子

休館日のお知らせ

2月は2日(月) 9日(月) 12日(木) 16日(月) 23日(月)がお休みです。

デイサービス外出しづく

12月25日(木)は、18名のご利用者様と、天理市内にある「和食さと」とパン工房「Gold Baker」へ、お食事とお買い物に出かけました。さとでは季節の和膳や定食メニューなど、それぞれ好きな物を召し上がって頂きました。職員もご一緒に頂き、ご利用者様と交流を深めたり、屋外ならではの刺激に触れたりしながら、楽しいひとときを過ごしました。食後は送迎バスに乗り Gold Baker へ、食事も買い物も、自分で選ぶ喜びがレクリエーションの醍醐味です。今後も皆様が笑顔になれるイベントを行っていきたいと思います。



介護予防教室 令和8年2月のプログラム

月日	曜日	時間	場所	内容
2月4日	水	13:30 ～	和室 または 研修室	ヨガ
2月20日	金	14:30		

【講師】藤井 美由紀さん



【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

