

令和8年(2026年)

# 東福祉センターだより

# 東風

## 2月号

わふうつきめい  
2月の和風月名

きさらぎ  
『如月』の由来は諸説ありますが、

重ね着をするという意味の「衣更着」や「着更着」という説が有力です。  
また2月の別名は、年明けに初めて花が咲く月という意味の「初花月」  
旧暦の2月は梅が咲き始め、春の気配を感じられる月ですね。

とはいって、まだまだ厳しい寒さが続きます。  
どうか暖かくしてご自愛くださいように



### 2月の介護予防教室

時間はいずれも  
10:30～11:30

健やか体操  
2/5(木)

らくらく体操  
2/11(水)

ミュージック・ケア  
2/17(火)

歌体操  
2/18(水)

※事前申し込みは不要です。  
直接当センター、2階大集会室へお越し下さい。

スマホ相談会

2月5日(木)

13:00～16:00

事前予約

電話 又は 直接

空きがあれば  
当日受付も可

1階茶室前



### ビデオ上映会&談話会

当日申込

2月18日(水) 13:00～14:55

黄金花

79分

—秘すれば花 死すれば蝶—

孤独な老人たちが身を寄せる老人ホーム「浴陽荘」が舞台

原田芳雄 松坂慶子 川津祐介 松原智恵子 野呂圭介 三條美紀

2階 音響ビデオルーム

### にぎわいカフェ

2月26日(木) 13:30～15:00

自由参加

認知症について知りたい・・・  
誰かに聞いてほしい・・・

話せる場所が  
ここにあります！

お茶を飲みながらゆっくり話しましょう♪

今月の耳より情報のテーマは  
『生前整理』です。

2階  
大集会室

ルールが簡単で誰もがすぐに楽しめる

2月14日(土)

10:30～12:00



ポッチャ DE なかよし

お気軽にご参加ください！

2階 大集会室

当日申込み

シルバーコーラス  
かがやき



2月20日(金)

10:00～11:30

2階 大集会室

事前申込み



※気象警報について

令和8年3月分の貸室申請は、2月5日(木)  
から実施させていただきます。

各教室・催し等の開始2時間前に奈良市西部に  
警報が発令中の場合は、開催を中止とします。

# 東福祉センター 令和8年2月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5 貸室申請日 <b>健やか体操</b> 10:30~11:30 当日申込 スマホ相談会	6	7
<b>休館日</b>						
8	9	10	11 建国記念の日 らくらく体操 10:30~11:30 当日申込	12 <b>休館日</b>	13	14 <b>ボッチャ DE なかよし</b> 10:30~12:00 当日申込
15	16	17 ミュージック・ケア 10:30~11:30 当日申込	18 歌体操 10:30~11:30 当日申込 ビデオ上映会 & 談話会 13:00~ 申込不要	19	20 シルバーコーラス “かがやき” 10:00~11:30 事前申込	21
22	23 天皇誕生日	24 <b>休館日</b>	25	26 にぎわいカフェ 13:30~15:00 自由参加	27	28
<b>★LINE公式アカウント 友だち募集中！</b>						

QRコードをスキャンして「友だち登録」をようしくお願いします。

東/西/南/北/福祉センターのイベントや  
講座、教室などの情報をお届けします。



**当センターを利用する方**

発行 奈良市東福祉センター

住所 〒630-8113

奈良市法蓮町1702番地の1

近鉄奈良駅から奈良交通バス「鴻ノ池」バス停下車

TEL : 0742-24-3151 FAX : 0742-27-9028

Mail : east1968@fine.ocn.ne.jp

開館時間：午前9：00～午後5：00まで

休館日：毎週 日曜日・月曜日 / 祝日の翌日

年末年始(12月29日～1月3日まで)

◎奈良市在住の60歳以上の方

利用証の作成をお願いします。

◎奈良市在住の0歳児～5歳児  
(未就学児)とその家族

オープンスペース『ぷーさん』  
(子育てスペース)  
開室時間：午前10時～午後4時



初回に利用登録をお願いします。

※ 浴室利用は当面の間中止しています。