



月ヶ瀬福祉センターだより

令和8年3月
第179号

3月は寒さと暖かさを繰り返しながら本格的な春になります。私たちの生活も順調なときもあれば、思うようにいかないときもありますね。福祉センターも皆様と共に福祉のまちづくりを一步一步進めていければと思います。



3月



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

★3月24日は、カフェ UMEBA の日
今月は第4火曜日です。
ご参加は自由です。お待ちしております！



③行政書士による「なやみの無料相談会」

日時：3月28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



日程 ☆3月 13日(金)
☆ 27日(金)

13日は「わらリズム」新中めぐみさん
27日はお母さんの為のストレッチ
リリーベルズの皿木さん
本格的な冬の到来！親子でしっかり体を
動かしましょう♪心も体もぽっかぽか♪

①健康体操 10:30～11:30

日程：3月4日(水)・13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 13:20～

(会食会は11:00開始です。)

日程：3月11日(水)

『楽しく自宅でできる！』

健康体操



講師：大谷 恵子さん

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
12:00～12:30

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～



地域の横のつながりで、月ヶ瀬の魅力を残したい！～月ヶ瀬地域振興協議会の取り組み～

月ヶ瀬地域振興協議会（以下「協議会」という）は、月ヶ瀬村が奈良市に合併された際に設立され、都市計画をもとに、道路、梅公園の整備等のまちづくりのことやマラソン大会、夏まつり等の地域イベントに関する事、その他地域活性化を図るための地域交流事業を推進されています。地域の自治会を中心に地区社協、防災防犯対策協議会や消防団等が連携し、様々な地域活動に取り組まれています。現在は、地域の月ヶ瀬温泉やロマンチックピア月ヶ瀬、梅の郷資料館等の管理にも参画される等取り組みの幅が広がっているとのこと。協議会の会長である上嶋氏は、趣味のギター演奏を通して、地域のイベントを盛り上げることにもご尽力されています。今後については、「少子高齢化等で住民の地縁関係が弱まり、昔のような住民同士の交流が限定的になってきている感がある。協議会が主体となり催しを開催することで、人が集まり会話が生まれ、それを継続することで地域住民がつながる機会づくりと月ヶ瀬の魅力を残していきたい。」と熱く抱負を語っていただきました！



地域活性化にご尽力されている
上嶋 正彦 会長

エイサーサービス

季節の制作 干支飾り ～馬の親子～

利用者さんに、お花紙を手でくるくる丸めていただき、それを色ごとに分けて壁画として張り付けた干支飾りが出来上がりました。「やっぱり、この方がかっこいい」「この色のほうがいい」等お話しされ和気あいあいと制作いただきました。出来上がってほっとしたら、親馬の後ろ足がないことが発覚し、びっくり！！「仔馬の後ろに隠れてるね？」修正を加えているうちに年が明けての完成となってしまいました。



いきいき講座 報告

「今年も楽しく歌って踊りまショー！」

令和8年1月28日（水）開催

1月のいきいき講座は、毎年恒例でお願いしています「なんくるエイサー」「フラダンスルアナ」「ウクレレ女子」の皆さんにお越しいただきました。エイサーのリズミカルで力強い太鼓演舞から始まり、ハワイの空と海が目に見える素敵なフラダンス、そしてウクレレの演奏。参加者の皆さんも手持ちの太鼓で演奏に参加しました。最後は「マツケンサンバ」にのせて風船バレーで盛り上がりました。皆さんのとびきりの笑顔が元気の源ですね！次回も楽しい時間をお届けしたいと思います。



3月休館日 2日(月)・9日(月)・16日(月)・21日(土)・23日(月)・30日(月)

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