

令和6年5月号 第82号

施設利用のご案内とお手続き

当館利用の際には、老人福祉センター
利用証が必要となります
すぐに発行できます、
ご本人確認ができる
免許証・保険証など
お持ちください



北福祉センターだより

薫風、新緑が美しいさわやかな季節となりました
健康づくり、体力づくりを楽しみましょう

【介護予防教室のご案内】

♪リズム体操

日程:5月2日(木)/15日(水)
時間:午後1時30分~2時30分
内容:心身ともにバランスの取れた健康体へ導く
体操で認知機能を改善します
講師:中川洋子さん
定員:約40名 申込:当日参加申込

♪ミュージック・ケア

日程:5月11日(土)/23日(木)
時間:午前10時30分~11時30分
内容:音楽の特性を生かして心身に刺激を与え
情緒の安定と身体機能の促進を図ります
講師:♪メロディ・アリサ♪ 川西明代さん
定員:約40名 申込:当日参加申込

【相談会のご案内】

スマホ困りごと相談

日程:5月30日(木) 定員:各2名
①午後1時~ ②2時~ ③3時~ 1人45分
内容:電話、メール、カメラの使い方
なんでも聞いてください!
講師:なら学生ボランティア団体 UniCom
申込:電話または直接事務所まで 先着順

くらしのなんでも相談室

日程:5月8日(水) 午後2時~4時
暮らしの中での困りごとなど、あなたの
“ちょっと気になること”をお気軽にご相談ください
地区民生委員・児童委員と福祉の専門職で
お話を伺います
必要に応じて、必要な専門機関にお繋ぎいたします

~卓球 DAY~

日程:5月16日(木)
午前10時~午後4時
北福祉センター大集会室を月1回、
卓球 DAYとして開放しています♪
申込もありません
気軽にご参加ください



~スクリーン~

日程:5月28日(木) 午前1時~
『太陽とボレロ』を上映します
監督:水谷豊 主演:檀れい
大きなスクリーンで
ゆっくり楽しみませんか?



* オープンスペース 『まんまる』 *

子育て親子が気軽に集い
情報共有や交流ができる場所です♪

対象:奈良市在住の0歳~5歳の
未就学児とその家族

* オレンジカフェ右京 *

日程:5月24日(金)
午前1時30分~3時30分
開催場所:北福祉センター音響ビデオルーム
お一人暮らしや認知症が気になる方
どなたでもご参加いただけます
お茶を飲みながら気楽にお話しませんか?
参加費:200円(お茶&お茶菓子) 申込不要

日	月	火	水	木	金	土
休館日			1	2	③	④
				介護予防教室 リズム体操 午後1:30~ 当日申込		休館日
⑤	6	7	8	9	10	11
休館日		英会話を楽しもう 午後1:30~ 申込終了	くらしのなんでも 相談室 午後2:00~ 当日申込			介護予防教室 ミュージック・ケア 午前10:30~ 当日申込
12	13	14	15	16	17	18
休館日		英会話を楽しもう 午後1:30~ 申込終了	介護予防教室 リズム体操 午後1:30~ 当日申込	 卓球 Day 午前10:00~ 午後4:00 申込不要		
19	20	21	22	23	24	25
休館日		英会話を楽しもう 午後1:30~ 申込終了		介護予防教室 ミュージック・ケア 午前10:30~ 当日申込	オレンジカフェ右京 午後1:30~ 当日申込	
26	27	28	29	30	31	
休館日		 スクリーン 午後1:00~ 申込不要		スマホ困りごと 相談 午後1:00~ 1人45分 6名 申込先着順		
		英会話を楽しもう 午後1:30~ 申込終了				

センターを利用できる人

◎奈良市在住の60歳以上の方
午前9:00~午後5:00まで
※浴室は当面の間中止
※来館時は、利用証をお持ちください

オープンスペース『まんまる』(子育てスペース)

◎奈良市在住の0歳から5歳児(未就学児)と家族
午前10:00~午後4:00まで

発行 奈良市社会福祉協議会
奈良市北福祉センター
住所 〒631-0805
奈良市右京一丁目1番地の4 北部会館2階
近鉄高の原駅/高の原駅前バスロータリー南側
TEL:0742-71-3501
FAX:0742-71-3548
Mail: kitarousyunnoie@peace.ocn.ne.jp
開館時間:午前9:00~午後5:00
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)