



みなみ通信

R6年

10月号

奈良市南福祉センター

赤い羽根の共同募金運動

南福祉センターは、奈良市社会福祉協議会が指定管理している施設です

10月1日より

「自分の町をよくするしくみ」として支えあい活動をはじめとした地域福祉の推進などに利用されます。皆様のご協力をお願いいたします。



ホッと一息くつろぎカフェ

みなみDEちよこっとカフェ

10月17日(木) 11:00~16:00

10月26日(土) 10:00~12:00

ちよこっとボランティアさん
募集!

費用:100円



◆みなみDE福祉ネイル体験会◆

—ネイルとメイクでキラッと楽しく!—

10月17日(木) 13:00~16:00

▼講師:福祉ネイリスト 三宅浩子さん

▼時間:ひとり30分程度

▼定員:10名程度

▼申し込み:10月10日までに希望の時間帯を電話又は直接(先着順)

※ 申込時にネイルかメイク(両方とも可)

◆元気アップなら講座◆

交流や仲間づくりをしながら介護予防に取り組みましょう

10月11日・25日(金) 10:00~11:30

【主催・講師】奈良市都南地域包括支援センター

【申し込み】都南地域包括支援センター (Tel 50-2288) 又は 南福祉センター (Tel 62-3730)

◆認知症講座◆

—認知症のひとが地域で安心して暮らせる生活を—
認知症のひとが孤立することなく地域で生活していくために、認知症のこと一緒に考えませんか?

10月24日(木) 『認知症のひとの理解』

11月28日(木) 『介護体験談』

両日とも、10:00~11:30

▼講師 奈良市認知症地域支援推進員 三原由紀さん

▼申し込み:10月22日までに
直接又は電話でセンターへ

◆オカリナ♪みなみ10周年コンサート◆

やさしいオカリナの音色を楽しみましょう

10月19日(土) 13:30~15:00

▼出演 オカリナ♪みなみの皆さん

▼曲目 ♪ドレミの歌 ♪いい日旅立ち
♪翼をください 等

◆栄養健康講座◆

『免疫力について』

20P付与

がん予防、免疫アップ方法、乳製品の摂取などの紹介

10月22日(火) 14:00~15:00

▼講師 奈良ヤクルト販売㈱

健腸アドバイザー 藪 宇輝さん

▼対象 60歳以上の人 60名

▼申し込み 10月16日までに直接又は電話

◆いきいき体操教室◆

50P付与

令和6年11月~令和7年3月(第1水)

第1回目 11月6日(水) 10:00~11:00

▼講師 奈良市運動推進員協議会の皆さん

▼定員 60名

▼申し込み 10月30日までに直接又はセンターへ

みなみDEシネマ(DVD鑑賞会)は、誠に勝手ながら実施を見合わせることにいたしました。また、代わりとなる催しをご案内できるよう努めてまいりますので、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。



南福祉センター 10月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
休館日				貸室申請(11月分) 午前9時～ スポーツDAY(卓球) 午前9時～午後4時 当日受付		
6	7	8	9	10	11	12
休館日		介護予防教室 らくらく健康体操 午後2時～3時 当日申込	介護予防教室 リフレッシュ体操 午前10時～11時 当日申込		元気アップなら講座 午前10時～11時半 要申込	
13	14	15	16	17	18	19
休館日			介護予防教室 リフレッシュ体操 午前10時～11時 当日申込	福祉ネイル体験会 午後1時～4時 事前申込された方 スポーツDAY(卓球) 午前9時～午後4時 当日受付 ちょこっとカフェ 午前11時～午後4時	シルバーコーラス かがやき 午後1時半～3時 事前申込された方	みんなDEポッチャ 午前10時～11時半 要申込(当日可) オカリナコンサート 午後1時半～3時 当日参加
20	21	22	23	24	25	26
休館日		栄養健康講座 午後2時～3時 事前申込された方	介護予防教室 やさしい椅子ヨガ 午前10時～11時 当日申込	認知症講座 午前10時～11時30分 事前申込された方 縁側カフェ 午後2時～3時半 当日申込 参加費:200円	元気アップなら講座 午前10時～11時半 要申込	ちょこっとカフェ 午前10時～12時 つくって ハロウィンパレード 午前10時半～11時半
27	28	29	30	31		
休館日						

当センターを利用出来る方

- ◎奈良市在住の60歳以上の方
午前9時～午後5時まで ※浴室は当面の間中止します
- ◎市内社会福祉事業団体関係者
子育て家族の居場所づくり
オープンスペース『ぽっぽ』
- ◎奈良市在住の概ね就学前(0歳～5歳)の子どもとその家族
- ◎子育て・子育て支援に関心のある方
午前10時～午後4時まで

発行 奈良市南福祉センター

〒630-8443奈良市南永井45-1(都南中学校東隣)
TEL 0742-62-3730 FAX 0742-62-3780
E-mail:minamifukushi-senter@ares.eonet.ne.jp
開館時間:午前9時～午後5時まで
休館日: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)