

西福祉センターカレンダー 11月の予定

※本紙『今月のおススメ』欄・しみんだより・館内ポスター等を参照、詳細はセンター事務所まで。

日	月	火	水	木	金	土
			1 ★アメリカンフラワー教室 [事前申込] 10:00~12:00 ★バランスボールでカラダとココロを整えよう!! [申込終了] 10:30~12:00 ★暮らしの生け花教室 [事前申込] 13:30~15:00	2 ※貸室受付日	3 祝 文化の日	4 (休)
5 (休)	6 (休)	7 ★介護予防教室 [申込不要] 10:30~11:30	8 ◎傾聴ボランティア「モモ」 [申込不要] 10:30~11:30	9 ★いきいき体操教室 [申込終了] 10:00~11:00 ★わいわい卓球Day [申込不要] 13:00~17:00 ◎神経発達を助けるシンプル整体 [申込必要] 10:00~10:40	10 ★シルバーコーラスかがやき [事前申込] 10:00~11:30 ★暮らしのお困りごと相談会 [申込必要] 13:30~15:00	11
12 (休)	13 (休)	14 ★介護予防教室 [申込不要] 10:30~11:30	15	16 ◎0歳からの足育 [申込必要] 10:00~11:00	17 ★バランスボールでカラダとココロを整えよう!! [申込終了] 10:30~12:00	18 ★モフリー体験教室 [申込必要] 10:00~11:30 ★映画鑑賞会 [申込不要] 13:30~16:00
19 (休)	20 (休)	21 ★介護予防教室 [申込不要] 10:30~11:30	22	23 祝 勤労感謝の日 ★わいわい卓球Day [申込不要] 10:00~16:00 ◎おもちゃ病院 [申込不要] 13:00~15:00	24 (休)	25
26 (休)	27 (休)	28	29 ★バランスボールでカラダとココロを整えよう!! [申込終了] 10:30~12:00 ★健康リズム体操 [申込必要] 14:00~15:30	30	※ = 老人福祉センター ★ = 老人福祉センター ◎ = 子育て「こあら」	

LINE公式アカウント 友だち募集中!!

LINE公式アカウント 開設しました!!

友だち登録していただき、皆様にイベント・講座・教室など、センターに関する情報をお届けしていきます。

右上のQRコードをスキャンして、LINEの『友だち追加』よろしくお願いいたします!!





西福祉センターだより

晩秋の候、紅葉が一段と色を増し、日々秋が深まっていくようですが、皆様お変わりありませんでしょうか。朝晩の冷え込みも厳しくなってきますが、そうなるいつものように熱燗や鍋料理が恋しくなってきますよね。皆様は、どの鍋料理がお好みでしょうか。そんな楽しみもある季節ですが、飲み過ぎ・食べ過ぎには注意して、実りある晩秋をお過ごしください。

☆今月のおススメ



老人福祉センター

(奈良市在住・60歳以上で、利用登録されている方)



子育て広場

「こあら」



★暮らしのお困りごと相談会

11/10(金)13時半-15時《1F講座室》

行政書士により、契約書作成・法人関係手続き・許認可申請・自動車登録など、成年後見制度・遺言・相続に詳しく丁寧に相談に応じます。

本人と家族 13時半2組・14時2組
14時半1組で受付 締切:11/9(木)

★映画鑑賞会 予約不要



11/18(土)13時半-16時《2F大集会室》

『レ・ミゼラブル』

1998年製作/134分

監督 ビレ・アウグスト
出演 リーアム・ニーソン
ユマ・サーマン



◎0歳からの足育

11/16(木)10:00~11:00

概ね3歳までの乳幼児と保護者
8組限定 定員締め切り

足の成長とトラブル、および靴の選び方・履き方について学ぼう。

◎おもちゃ病院 予約不要

11/23(木)13:00~15:00

参加費無料。※部品交換などで実費必要の場合あり。

おもちゃを診察・治療します。治らない場合、お預かりする事があります。

お医者さんは「なら・おもちゃ病院」のみなさんです。



★モフリー体験教室

11/18(土)10時-11時半《2F会議室》

編まない・縫わないマフラー作り (モフリー)を体験しませんか?



定員:10名(家族可) 締切:11月15日(水)
材料費:ショート二千円・ロング三千円

★健康リズム体操「笑顔の活脳体操！」

11/29(水)14時-15時半《2F大集会室》

歌いながらリズムに合わせて全身を動かし、呼吸筋・声帯の老化を防ぐ体操をしよう!

定員:40名(抽選) 来所・電話で受付
締め切り:11月23日(木)

イベントは、HP・しみんだより・館内ポスター等で募集し、既に定員により締め切りしている場合があります。申し込み制(予約)のイベントは、抽選または定員締め切りしている為、当日参加はできません。イベントの詳細は、事務所まで。

あなたの暮らしをサポート

生活の中の「不安」や「困りごと」ひとりで悩まずご相談ください

●西福祉センターは、本人や家族などが身近な地域で相談できる場所で職員が悩みごとや困りごとの相談をお聞きしたり、福祉サービスを受けるためのお手伝いをします

生活 人間関係 家族 仕事 社会参加 など、お気軽にお声がけください!!

発行：奈良市社会福祉協議会 奈良市西福祉センター
〒631-0024 奈良市百楽園1丁目9番13号
(TEL：0742-41-3151 / FAX：0742-41-3150)
E-mail nishiroushunnoie@leto.eonet.ne.jp
http://www.narashi-shakyo.com

【休館日】

日曜日・月曜日・祝日の翌日・年末年始

【アクセス】

お車の方：センター横の駐車場をご利用ください

バスの方：学園前駅北口発・学園緑ヶ丘一丁目行
百楽園二丁目バス停下車 徒歩5分

その他：学園前駅北口より西へ徒歩15分

●利用できる方

★老人福祉センター【時間】9時~17時

奈良市在住60歳以上の方 (利用登録必要)

一般利用時には、『入館受付票』に登録番号など記入し、提出していただくようご協力をお願いします。

※貸室(サークル・有料)、イベント、娯楽室、
図書室、機能回復訓練室(ヘルストロン)など。
当面の間、大浴室は利用中止。

◎子育て広場「こあら」【時間】9時~16時

(12時~13時は休所)

概ね3歳までの児童と保護者(利用登録必要)・10組迄