

西福祉センターだより

令和6年



西福祉センターは、奈良市社会福祉協議会が指定管理者として管理運営しています

介護予防教室「らくらく健康体操」

講師 「体と心の健康体操」 健生会 辰巳良子さん

日時 ① 6月 4日(火)
② 6月11日(火)
③ 6月18日(火)
④ 6月25日(火)
全日 午前10時半～11時半



自彊術(じきょうじゅつ)・全身の動きを整える健康体操です。 ※当日受付となっています。
心も体もリフレッシュ！ ぜひ、お誘い合わせてご参加ください。

栄養健康講座 長 20P

テーマ『認知症予防』

～認知症予防に向けた生活のポイント～

日時 6月20日(木)
午後1時半～2時半

講師 奈良ヤクルト販売(株)
藪 宇輝(ひろあき)さん



定員 70人

※6月13日(木)までに、電話または西福祉センターへ直接お申し込みください。
(申込多数の場合は抽選し、漏れた方のみ連絡)



鑑賞会

『半落ち』 2004年作品(122分)

横山秀夫のベストセラー小説を完全映画化。
第28回日本アカデミー賞、作品賞受賞作品。

日時 6月15日(土) 午後1時半～(当日受付)
皆様、ぜひお越しください。

わいわい卓球 Day



日時 ① 6月13日(木)
② 6月27日(木)
両日 午後1時～4時

当日受付となっています。
ラケットは各自ご用意ください。



あなたの暮らしをサポート

生活の中の「不安」や「困りごと」など、ひとりで悩まずご相談ください。
西福祉センターは、ご本人・ご家族が身近な地域で相談できる場所です。
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

健康

介護

家族

社会参加

など、お気軽にお声がけください!!

LINE 公式アカウント 友だち募集中!!

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



西福祉センター 6月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
休館日		介護予防教室 らくらく健康体操 午前10時半～11時半 (当日受付)		貸室受付日 午前9時～10時	シルバーコーラス かがやき 午前10時～11時半 (事前申込された方)	
9	10	11	12	13	14	15
休館日		介護予防教室 らくらく健康体操 午前10時半～11時半 (当日受付)	なるほど!かんたん! スマホ教室 午後2時～4時 (事前申込された方)	わいわい卓球 Day 午後1時～4時 (当日受付)	いきいき体操教室 午前10時～11時 (事前申込された方)	鑑賞会 『半落ち』 午後1時半～ (当日受付)
16	17	18	19	20	21	22
休館日		介護予防教室 らくらく健康体操 午前10時半～11時半 (当日受付)	なるほど!かんたん! スマホ教室 午後2時～4時 (事前申込された方)	栄養健康講座 『認知症予防』 午後1時半～2時半 (事前申込された方)		
23	24	25	26	27	28	29
休館日		介護予防教室 らくらく健康体操 午前10時半～11時半 (当日受付)		わいわい卓球 Day 午後1時～4時 (当日受付)		
30						

◎当センターを利用できる方 (利用登録をお願いします)

- ◎奈良市在住の60歳以上の方
- ◎市内社会福祉事業団体関係者ほか

利用登録には身分証明書(保険証・免許証・マイナンバーカード等)をお持ちの上、事務所(カウンター)までお越しください。

※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。
浴室は当面の間、利用を中止します。

一般利用(娯楽室・機能回復訓練室・ロビー談話室・図書室他)される際は、『入館受付票』に登録番号などを記入していただきますようお願いいたします。

発行：奈良市西福祉センター
〒631-0024 奈良市百楽園一丁目9番13号
TEL：0742-41-3151
FAX：0742-41-3150

E-mail: nishiroushunnoie@leto.eonet.ne.jp
<http://www.narashi-shakyo.com>

開館時間：午前9時～午後5時

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)

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