

西福祉センターだより

令和7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

申込不要

◆ふれあいマーケット

【日時】 12月16日(火)

午前9時半～12時半ごろ



奈良県社会就労事業振興センターが、焼き菓子や小物等の授産品を販売します。



要申込 ◆健康応援セミナー 20P長

「チーズセミナー」

チーズの種類や特徴、レシピ等をご紹介します。
もっとチーズに親しんでみませんか？



【日時】 12月19日(金)

午後1時半～2時半

【講師】 雪印メグミルク(株) 食育担当の方

【対象】 奈良市在住の60歳以上の人
70人



【締切】 12月12日(金)

要申込 ◆暮らしのお困り事相談

【日時】 1月9日(金)

午後1時半～3時



【相談員】 コスモス成年後見サポートセンター
奈良県支部 行政書士

◎家族、家庭、消費者問題、成年後見制度、遺言、相続、税務等、生活全般に関する相談。
諸制度の利用に関することや生活に役立つ情報提供等。

【対象】 奈良市在住の60歳以上の人とその家族5組

【締切】 前日までに電話か直接センターへ。(先着順)

各講座・催し等への申し込みは、電話か直接同センターへ。多い場合は抽選し、漏れた方に連絡します。



高齢者福祉相談

一緒に話をしたり、
楽しんで認知症予防
できる場所は？

最近、忘れっぽ
くなってきたな
あ。公的支援は
あるの？

足腰が痛くて、
寝たきりになら
ないように、ど
こか体操すると
ころは？

「困りごと」
どこに相談
したらいい
の？



家族の介護
が大変。
どうしたら
いい？

何か社会のため
に役に立ちたいの
だけど？

介護保険って
どうすれば
申請できるの？

要申込 ◆栄養健康講座 20P長

「延ばそう！健康寿命」

自立した生活を元気に過ごしたい！
食事や運動も紹介します

【日時】 1月16日(金)

午後1時半～2時半

【講師】 奈良ヤクルト販売(株)

健康管理士 ひぐち よしき
樋口 善輝さん

【対象】 奈良市在住の60歳以上の人
70人

【締切】 1月9日(金)



「不安なこと」や「困りごと」を抱え込まず、
西福祉センターでお気軽にお話を聞かせて
ください。
ご本人やご家族が安心して地域で生活して
いただけるように、解決に向けてお手伝いを
させていただきます。



西福祉センター 12月カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
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)	楽しくぬり絵 午前10時～11時半 (事前申込された方) 楽しく学ぼう！ スマホ講座 午後1時半～3時半 (事前申込された方)	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)	
7	8	9	10	11	12	13
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)	初心者向け スマホ教室 午後2時～午後4時 (事前申込された方)	わいわい卓球 Day 午前9時～午後4時 (当日受付)		
14	15	16	17	18	19	20
休館日		ふれあいマーケット 午前9時半～12時半 (申込不要) 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)	楽しく学ぼう！ スマホ講座 午後1時半～3時半 (事前申込された方)		健康応援セミナー 「チーズセミナー」 午後1時半～2時半 (事前申込された方)	大人の〇活 フィットネス講座 午前10時～11時 (事前申込された方)
21	22	23	24	25	26	27
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)	初心者向け スマホ教室 午後2時～午後4時 (事前申込された方)	わいわい卓球 Day 午前9時～午後4時 (当日受付) 折り紙サロン 午前10時～11時半 (事前申込された方)		
28	29	30	31	【気象警報について】 各教室・講座・催し等の開始時間の2時間前の 時点で、奈良市西部に気象警報が発令(発令中) の場合は、開催を中止とします。		
休 館 日						

◎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

利用登録には身分証明書(健康保険証・運転免許証・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。

娯楽室・機能回復訓練室・ロビー談話室・図書室を利用される際は、『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します。

※浴室は当面の間、利用を中止します。

※来館時は利用証をお持ちください。

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 : 近鉄学園前駅北口より(奈良交通)

学園緑ヶ丘一丁目行きに乗車し、百楽園
二丁目バス停下車徒歩5分

そ の 他 : 近鉄学園前駅北口より西へ徒歩15分