

令和8年

西福祉センターだより

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



**要申込◆リズムウォーク 長50P
+脳活性化工クササイズ**
～音楽とともに楽しく動いて
脳とからだを元気アップ!!～

【日時】2月20日(金)

午後1時半～3時



【講師】(株)ルネサンス 健康運動指導士

【対象】奈良市在住の60歳以上の人 70人

【締切】2月10日(火)

要申込～明るくいきいきと見える美容法～
◆大人ビューティーアップ講座

【日時】3月6日(金)

午後1時半～3時



【講師】資生堂ジャパン株式会社
ソーシャルエリアパートナー

【対象】奈良市在住の60歳以上の人 30人

【締切】2月20日(金)

各講座、催し等の申し込みは、締切日までに
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。

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
相談できるところです。

生活

介護

家族

健康

社会参加

など

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。

要申込◆健康増進セミナー 長20P

正しい「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

【日時】3月4日(水)

午後1時半～3時



【講師】明治安田生命保険相互会社
担当社員

【対象】奈良市在住の60歳以上の人 60人

【締切】2月20日(金)

要申込◆きこえの相談会

in 西福祉センター

～聞こえや補聴器について

気軽に相談してみませんか？～

【日時】3月14日(土)

① 午前の部 午前10時～12時

② 午後の部 午後 1時～ 3時

【相談員】一般社団法人 日本補聴器販売店協会
近畿支部 認定補聴器技能者

【対象】奈良市在住の60歳以上の人とその家族
午前・午後ともに各12人

【締切】2月28日(土)



※電話で申込が困難な方のみ
FAXでの申込が可能です。

FAXでの申込の場合、希望時間帯(①または②)・
氏名・住所・FAX番号・年齢・今一番気になっ
ていることをご記入ください。

※手話通訳・要約筆記が必要な方は、ご連絡くだ
さい。

LINE 公式アカウント
友だち募集中 !!



西福祉センター 2月カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
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 わいわい卓球Day 午前9時～午後4時 (当日受付)	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)	
8	9	10	11	12	13	14
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)	建国記念の日	休館日	流行り歌ビクス 午後2時～3時半 (事前申込された方)	
15	16	17	18	19	20	21
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)	楽しく学ぼう！ スマホ講座 午後1時半～3時半 (事前申込された方)		リズムウォーク+ 脳活性化クササイズ 午後1時半～3時 (事前申込された方)	
22	23 天皇誕生日	24	25	26	27	28
休館日		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)		

【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。



◎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・図書室を利用する際は、『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

その他の：近鉄学園前駅北口より西へ徒歩15分