

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

◆暮らしのお困り事相談

暮らしの中での悩みごとや心配事など一緒に解決の糸口を見つけましょう。

【日時】 **11月8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

【定員】5組 【申込】前日までに電話か直接センターへ。

◆栄養健康講座

『体を動かす健康学』

～血流改善・体温上昇など健康につながるやさしい体操～

【日時】 **11月22日(金)**
午後1時半～2時半



【講師】 奈良ヤクルト販売(株)
健康アドバイザー ^{やが} ^{ひろあき} 藪 宇輝さん

【対象】奈良市在住の60歳以上の人 70人

【申込】11月15日(金)までに電話か直接センターへ。
※多い場合は抽選し、漏れた人のみ連絡。

イベントレポート

9月27日(金)に、摂南大学・奈良市二名地域包括支援センター・奈良市社会福祉協議会がタッグを組み、『栄養とお口の健康 測定フェスタ』を開催しました。(株)雪印メグミルク・ならコープ様にも協賛をいただき、講演会の実施や昼食のご提供を賜りました。お口や全身の健康を維持向上することを目指す、今回のイベントには、100名を超える皆様が参加されました。これからもセンターでは、皆様の健康活動を応援してまいります。



(受付の様子)



(骨・カルシウムセミナー)



歯科医師による口腔の健康状態のチェック・体組成測定・握力測定などを実施。日常生活を送るうえで心配な健康面でのアドバイスをいただき、ホット安心！



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

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』よりお願いいたします !!



西福祉センター 11月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		<p>【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に気象警報が発令中の場合は、開催を中止とします。</p>			1 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) 体力測定 午後1時半～3時 (事前申込された方)	2
3 文化の日 休館日	4 振替休日 休館日	5 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)	6	7 貸室申請日 午前9時～10時	8 暮らしのお困り事 相談 午後1時半～3時 (事前申込された方)	9
10 休館日	11 休館日	12 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)	13 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)	14 わいわい卓球 Day 午前9時～午後4時 (当日受付)	15	16 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)
17 休館日	18 休館日	19 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)	20	21	22 栄養健康講座 午後1時半～2時半 (事前申込された方)	23 勤労感謝の日
24 休館日	25 休館日	26 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)	27 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)	28 わいわい卓球 Day 午前9時～午後4時 (当日受付)	29	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(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いたします。

※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