

# 西福祉センターだより

令和7年



4月

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や心配ごとなど、一緒に解決の糸口を見つけましょう。

【日時】 5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。

【定員】 市内在住の60歳以上の人と  
その家族5組

【申込】 前日までに電話か直接同センターへ。



## ◆栄養健康講座 長P20

### 『これでスッキリ!!疲労回復講座』

年々なんだか疲れがとれない…。  
年を重ねると疲れやすいのはなぜ？  
食事・運動・睡眠を改善してスッキリ！

【日時】 5月16日(金)  
午後1時半～2時半

【講師】 奈良ヤクルト販売株式会社  
やぶ ひろあき  
健腸アドバイザー 敷 宇輝さん

【対象】 市内在住の60歳以上の人 70人

【申込】 5月9日(金)までに電話か直接同センターへ。



## ♪西福祉センターに、みんなの笑顔があふれました♪

3月1日(土)西福祉センターで「青和つながり隊！」を開催しました。手作りのおもちゃで遊んだり、段ボールの積み上げ競争をしたりと、みんな大盛り上がり！世代を超えた地域全体での交流の場となりました。



3月7日(金) 資生堂ジャパンのソーシャルエリアパートナーさんを迎え、いきいき美容教室を開催しました。同じテーブルの参加者さん同士で「口紅、どの色にしよう？」「こんなに真剣にメイクするのは、久しぶりだわ～」と、みなさん、笑顔で楽しんでメイクをされていました😊

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。

**生活** **健康**  
**介護** **家族** **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。

## 折り紙サロンが始まります！

～一緒に素敵な作品をつくりませんか？～



【日時】 令和7年4月～令和8年3月までの  
毎月第4木曜日

午前10時～11時半

【対象】 市内在住の60歳以上の人 30人

【申込】 4月17日(木)までに電話か直接同センターへ。

## 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、センターに関係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 4月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2 楽しくぬり絵 午前10時～11時半 (事前申込された方)	3 貸室受付日 午前9時～10時	4	5
6 休館日	7	8 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)	9	10 わいわい卓球 Day 午前9時～午後4時 (当日受付)	11 春の交通安全啓発 DAY 午後1時半～3時 (申込不要)	12
13 休館日	14	15 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)	16	17	18 福祉ネイル体験会 午後1時～4時 (事前申込された方)	19
20 休館日	21	22 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)	23	24 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)	25	26
27 休館日	28	29 昭和の日 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)	30 休館日	【気象警報について】 各教室・講座・催し等の開始 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
- ◎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](mailto: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

年未年始(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