



かりん便り 10月号

発行：高津老人福祉・地域交流センター
 〒213-0013 高津区末長 3-24-4
 電話 044(853)1722
 FAX 044(853)1729
 令和元年10月1日発行

食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、実りの秋・・・楽しみの多い季節がやって来ました。
 過ごしやすい季節、是非、外に出かけて色々な体験をお楽しみください。



秋の映画会 【人生フルーツ】

10月16日(水)【開場】13:15
 【上映】14:00～15:30
 先着100名(市内在住・在勤・在学)
 参加費：無料 <上履き持参>
 津端さんご夫妻の日常。二人のこれまでの暮らしから本当の豊かさへの深い思索の旅がゆっくりと始まります。



ナレーションは **樹木希林さん**

《落語カフェ》

10月28日(月)
 【開場】13:00
 【開演】13:30
 参加費：200円



美味しいコーヒーを飲みながら
 専修大学落語研究会の学生さんの落語を楽しみませんか？
 お誘いあわせの上。
 是非、お越しください。



医師による健康相談

精神科 10月8日(火)・29日(火)
 内科 10月11日(金)・25日(金)
 各日、13:30～ 予約制

健康に関する事、お気軽にご相談下さい。

秋のウォーキング

松陰神社・豪徳寺等 周辺散策

10月31日(木)

JR 南武線武蔵溝ノ口駅改札前 9:30 集合
 雨天時11月7日(木)に延期

申込み：10月3日(木)から 先着20名
 参加費50円を持参の上、ご本人が直接来所にてお申込みください。

生活相談(月曜・水曜・木曜)

毎週、生活相談員による相談業務を
 9:00～16:00に行っています。
 日々の生活の中で感じる不安・疑問等
 些細な事でも構いません。

お気軽にお声掛け下さい。

敬老のつどいが9月4日(水)に行われました。
 当日は75名の方々が参加ください

「月也・深香」歌謡ショー
 近隣保育園年長児の歌など
 楽しい時間を過ごしました。



後期講座

9月17日より後期各講座が開講しました。
 学びの秋 楽しく有意義な時間となりますように。

ス・タ・パ相談(木曜日)

13:00～16:00 実施中
 ご自分のスマートフォン・
 タブレット・パソコンを使い
1人30分の個別指導です。
先着・予約制となります。
 是非、ご参加ください。



10月予定表



月	火	水	木	金	土	日
	1 🎤🎧 🍃 脳トレ!足腰① 姿勢・痛み改善③	2 生活相談日 太極拳① パステルアート②	3 生活相談日 🎤 🍃 秋のウォーキング 申込み開始 スタバ相談 英会話② やさしいヨガ③	4 🎧 🍃 ズンバゴールド①	5	6 休み
7 生活相談日 🎤🎧 🍃	8 精神 貸室抽選会 🎤🎧 🍃 脳トレ!足腰② 姿勢・痛み改善④	9 生活相談日 コーラス① 太極拳② パステルアート③	10 生活相談日 🎤 🍃 スタバ相談 英会話③ やさしいヨガ④	11 内科 🎧 🍃 すえなが介護予 防教室 料理① 古典文学②	12	13 休み
14 休み 体育の日	15 🎤🎧 🍃 脳トレ!足腰③ 姿勢・痛み改善⑥	16 生活相談日 秋の映画会 「人生フルーツ」 パステルアート④	17 生活相談日 🎤 🍃 スタバ相談 フラワー① 英会話④ やさしいヨガ⑤	18 🎧 🍃 和菓子① ズンバゴールド②	19	20 休み
21 生活相談日 🎤🎧 🍃	22 休み 即位礼正殿の儀	23 生活相談日 コーラス② 太極拳③ パステルアート⑤	24 生活相談日 🎤 🍃 英会話⑤ やさしいヨガ⑥	25 内科 🎧 🍃 古典文学③	26	27 休み
28 生活相談日 落語カフェ ※カラオケ、踊り、お風呂はお休みです	29 精神 🎤🎧 🍃 脳トレ!足腰④ 姿勢・痛み改善⑥	30 生活相談日 コーラス③ パステルアート⑥	31 生活相談日 🎤 🍃 秋のウォーキング スタバ相談 フラワー② 英会話⑥ やさしいヨガ⑦			

🍃お風呂…11時～14時（受付：10時30分～13時30分） スタバ相談…木曜日13時～16時 予約制

🎤カラオケ…月・火・木（13時～16時） 踊り…月・火（9時～12時）金（13時～16時）