

かりん便り 5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4年5月1日発行

春のウォーキング 桜並木を歩こう ～津田山 緑ヶ丘霊園散策～

令和4年4月5日（火）

開催しました!!



前日の雨も上がり気持ち良い晴天にも恵まれ、13名の参加者と共に散策を楽しみました。センターから裏道を通り龍台寺、大漣寺、久本神社、薬医門に立ち寄り、各所の成り立ちなど聞きながら緑ヶ丘霊園方面へ向かいました。

満開の桜並木を眺めながらゆっくりと歩き、春の麗らかなひと時を過ごしました。最後にクールダウン体操をして解散しました。



お気軽ふらっと体操教室

令和4年5月17日（火）14:00～15:30

＜受付＞ 13:30～ ABホール

＜定員＞ 20名（市内在住・先着順）

＜持ち物＞ 飲み物・タオル・動きやすい服装
室内用運動靴

＜体操指導＞ ヘルスパートナー高津

楽しく無理せずに行える体操です。
是非、ご参加ください。

※ 定員を超えた場合は入場制限させて頂きます。



健康相談に関するアンケート

ご協力ありがとうございました

4月1日～30日まで健康相談に関するアンケート調査を行いました。

125名の方にご協力を頂きありがとうございました。調査結果は今後のセンター運営に役立てて行きたいと思えます。



＜ギャラリー壁面作品＞

【キルトのタペストリー】

当館利用者の方の個人の作品です。一つ一つのパーツに込められた思いを紡いで、大きな作品に仕上げられました。来館の際は是非ご覧ください。

5月12日からは別の利用者の方の作品が飾られます。ご期待下さい。



4月9日から5月11日まで展示中



5月予定表



日	月	火	水	木	金	土	
1 休館日	2 生活相談 湯	3 休館日 (憲法記念日)	4 休館日 (みどりの日)	5 休館日 (こどもの日)	6 フラダンス③ 踊り 湯	7	
8 休館日	9 太極拳③ 折り紙③ 精神科相談 生活相談 湯	10 貸室抽選会 フレイル予防③ 姿勢・ゆがみ③	11 ヨガ③ ボールペン字③ 生活相談	12 スタバ相談 ピラティス③ ゆったり③ アート書道① 色鉛筆① 生活相談 湯	13 古典文学講座② 内科相談 踊り 湯	14	
15 休館日	16 精神科相談 生活相談 湯	17 お気軽ふらっと 体操教室	18 生活相談	19 スタバ相談 生活相談 湯	20 古典文学講座③ 踊り 湯	21	
22 休館日	23 太極拳④ 折り紙④ 生活相談 湯	24 フレイル予防④ 姿勢・ゆがみ④	25 ヨガ④ ボールペン字④ 生活相談	26 スタバ相談 ピラティス④ ゆったり④ アート書道② 色鉛筆② 生活相談 湯	27 フラダンス④ 内科相談 踊り 湯	28	
29 休館日	30 太極拳⑤ 折り紙⑤ 生活相談 湯	31 フレイル予防⑤ 姿勢・ゆがみ⑤	健康相談日の変更 精神科相談日 5月23日(月)→5月16日(月)に変更 となります。				

湯お風呂…月・火・木・金 11時～14時(受付:10時30分～13時30分) 踊り…金(9時～16時)

※4月より、お風呂の受付・入浴時間が変更になりましたのでご注意ください。

医師による健康相談(予約制)

精神科 第2・4月曜10時～
内科 第2・4金曜13時半～
健康に関することなどお気軽に
ご相談ください。

日時は医師の都合により変更が
あります。

生活相談(月・水・木)

9:00～16:00
日常生活の中での不安、疑問な
ど些細なことでもお気軽にご相
談ください。
生活相談員が状況に応じ行政機
関など関係機関をご案内しま
す。

ス・タ・パ相談(木曜日)

13:00～16:00 1人45分
申込みは電話または直接来所・先
着予約制。お使いのスマートフォ
ン・タブレット・パソコンをご持
参ください。詳しくは、「ス・
タ・パ相談のご案内」をご覧くだ
さい。