



10月予定表



【高津区社会
福祉協議会】
ホームページ

日	月	火	水	木	金	土
1 休館日	2 背骨ｺﾝﾃﾞ ﾞﾂｺﾝｸ② 精神科相談 生活相談 ㊿	3 高津歴史街歩き② ゆったり①	4 フレイル予防② 姿勢・ゆがみ② 生活相談 ㊿	5 ピラティス③ 生活相談	6 楽しいコーラス③ ㊿ ㊿	7
8 休館日	9 休館日 スポーツの日	10 貸室抽選会 高津歴史街歩き③ ゆったり②	11 フレイル予防③ 姿勢・ゆがみ③ 写経② 生活相談 ㊿	12 スタパ相談 ピラティス④ スマホ(ﾌｯﾄﾞ ﾛｲﾄﾞ)② 健康バレエ② 生活相談	13 近代文学② 内科相談 ㊿ ㊿	14
15 休館日	16 背骨ｺﾝﾃﾞ ﾞﾂｺﾝｸ ③ 精神科相談 生活相談 ㊿	17 お気軽ふらっと 体操教室	18 フレイル予防④ 姿勢・ゆがみ④ 生活相談 ㊿	19 スタパ相談 ピラティス⑤ スマホ(ﾌｯﾄﾞ ﾛｲﾄﾞ)③ 生活相談	20 楽しいコーラス④ ㊿ ㊿	21
22 休館日	23 介護予防教室 背骨ｺﾝﾃﾞ ﾞﾂｺﾝｸ ④ 生活相談 ㊿	24 高津歴史街歩き④ ゆったり③	25 フレイル予防⑤ 姿勢・ゆがみ⑤ 写経③ 生活相談 ㊿	26 スタパ相談 アフタヌーン コンサート 生活相談	27 近代文学③ 内科相談 ㊿ ㊿	28
29 休館日	30 背骨ｺﾝﾃﾞ ﾞﾂｺﾝｸ⑤ 生活相談 ㊿	31 高津歴史街歩き⑤ ゆったり④ アート書道①				

㊿お風呂…月・水・金 11時～14時（受付：10時30分～13時30分） 踊り…金（9時～16時）

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。(精神科 10/2・16に変更)

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。