



11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
<p>イツコム様 YouTube で視聴できます、 ①令和5年度 第1回くらし啓発教室②敬老のつどい。詳しくは上記2次元コードから区社協HPへ。皆様の笑顔が素敵です！！</p>			<p>1 フレイル予防⑥ 姿勢・ゆがみ⑥</p> <p>生活相談 ☪</p>	<p>2 スタパ相談 ピラティス⑥ スマホ(アツ'ロド')④ 健康バレエ③</p> <p>生活相談</p>	<p>3 休館日 文化の日</p>	<p>4</p>
<p>5 休館日</p>	<p>6 背骨ｺﾝﾃﾞｲﾁｮﾝｸﾞ⑥</p> <p>生活相談 ☪</p>	<p>7 秋のお楽しみ会</p>	<p>8 フレイル予防⑦ 姿勢・ゆがみ⑦ 写経④</p> <p>生活相談 ☪</p>	<p>9 スタパ相談 スマホ(アツ'ロド')⑥</p> <p>生活相談</p>	<p>10</p> <p>内科相談 ☪ ☪</p>	<p>11</p>
<p>12 休館日</p>	<p>13 背骨ｺﾝﾃﾞｲﾁｮﾝｸﾞ⑦</p> <p>精神科相談 生活相談 ☪</p>	<p>14 貸室抽選会 高津歴史街歩き⑥ ゆったり⑤</p>	<p>15 振り込め・特殊詐欺講演会申込開始 フレイル予防⑧ 姿勢・ゆがみ⑧</p> <p>生活相談 ☪</p>	<p>16 スタパ相談 ピラティス⑦ スマホ(アツ'ロド')⑥ 健康バレエ④</p> <p>生活相談</p>	<p>17 楽しいコーラス⑥</p> <p>☪ ☪</p>	<p>18</p>
<p>19 休館日</p>	<p>20 背骨ｺﾝﾃﾞｲﾁｮﾝｸﾞ⑧</p> <p>生活相談 ☪</p>	<p>21 お気軽ふらっと体操教室 アート書道②</p>	<p>22 フレイル予防⑨ 姿勢・ゆがみ⑨ 写経⑤</p> <p>生活相談 ☪</p>	<p>23 休館日 勤労感謝の日</p>	<p>24</p> <p>内科相談 ☪ ☪</p>	<p>25</p>
<p>26 休館日</p>	<p>27 介護予防教室 背骨ｺﾝﾃﾞｲﾁｮﾝｸﾞ⑨</p> <p>精神科相談 生活相談 ☪</p>	<p>28 振り込め・特殊詐欺講演会 ゆったり⑥</p>	<p>29 フレイル予防⑩ 姿勢・ゆがみ⑩</p> <p>生活相談 ☪</p>	<p>30 スタパ相談 ピラティス⑧ スマホ① 健康バレエ⑤</p> <p>生活相談</p>		

☪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。

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。