



# 5月予定表



日	月	火	水	木	金	土
			1 しょうぶ湯  生活相談 ☪	2  生活相談	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 休館日 振替休日	7 フレイル予防③ アート書道② ゆったり①	8 音楽を楽しもう① 姿勢・痛み① 写経②  生活相談 ☪	9 スタパ相談 ピラティス① スマホA①  生活相談	10 ジャイロ①  内科相談 踊 ☪	11
12 休館日	13 和小物① けん玉①  生活相談 ☪	14 貸室抽選会  フレイル予防④ ゆったり② 精神科相談	15 姿勢・痛み②  生活相談 ☪	16 スタパ相談 ピラティス② スマホA②  生活相談	17 ジャイロ② 楽しく歌いましょう①  踊 ☪	18
19 休館日	20 和小物② けん玉②  生活相談 ☪	21 お気軽ふらっと 体操教室 フレイル予防⑤ アート書道③	22 写経③ 音楽を楽しもう② 姿勢・痛み③  生活相談 ☪	23 スタパ相談 ピラティス③ スマホA③  生活相談	24 ジャイロ③  内科相談 踊 ☪	25
26 休館日	27 介護予防教室 和小物③ けん玉③  生活相談 ☪	28 フレイル予防⑥ ゆったり③  精神科相談	29 姿勢・痛み④  生活相談 ☪	30 スタパ相談 ピラティス④ スマホA④  生活相談	31 ジャイロ④ 楽しく歌いましょう②  踊 ☪	

☪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火曜 13時半～  
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。