



7月予定表



日	月	火	水	木	金	土
	1 けん玉⑧ 生活相談 ㊦	2 フレイル予防⑩ アート書道⑥ ゆったり⑦	3 音楽を楽しもう⑤ 姿勢・痛み⑨ 写経⑥ 生活相談 ㊦	4 スタパ相談 ピラティス⑨ スマホB③ 生活相談	5 ジャイロ⑨ 楽しく歌いましょう⑤ 踊 ㊦	6
7 休館日 盆踊り でおど ってみ よう	8 和小物⑦ けん玉⑨ 生活相談 ㊦	9 貸室抽選会 フレイル予防⑪ ゆったり⑧ 精神科相談	10 姿勢・痛み⑩ 生活相談 ㊦	11 スタパ相談 ピラティス⑩ スマホB④ 生活相談	12 ジャイロ⑩ 内科相談 踊 ㊦	13
14 休館日	15 休館日 海の日	16 お気軽ふらっと 体操教室 フレイル予防⑫ アート書道⑦	17 写経⑦ 音楽を楽しもう⑥ 生活相談 ㊦	18 スタパ相談 ヤクルトの健康 教室 スマホB⑤ 生活相談	19 楽しく歌いましょう⑥ 踊 ㊦	20
21 休館日	22 介護予防教室 和小物⑧ けん玉⑩ 生活相談 ㊦	23 消防訓練 ゆったり⑨ 精神科相談	24 生活相談 ㊦	25 スタパ相談 スマホB⑥ 生活相談	26 内科相談 踊 ㊦	27
28 休館日	29 生活相談 ㊦	30 アート書道⑧ ゆったり⑩	31 音楽を楽しもう⑦ 写経⑧ 生活相談 ㊦	七夕の伝統的な料理は、そうめんです。 七夕が中国から伝来した際、一緒に伝えられた「索餅(さくへい)」が起源とされています。「索餅」は古代中国で無病息災の食べ物として7月7日に食べられていました。 		

㊦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**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。