



4月予定表



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3 スタパ相談	4	5
			生活相談 〰	生活相談	踊り 〰	
6 休館日	7	8 貸室抽選会	9	10 スタパ相談	11 はじめてのヨガ①	12
	生活相談 〰	精神科相談	生活相談 〰	生活相談	内科相談 踊り 〰	
13 休館日	14 きらきらEX①	15 お気軽ふらっと 体操教室 おりがみ① スマホA①	16	17 スタパ相談 ピラティス①	18 楽しく歌いましょう①	19
	生活相談 〰	生活相談	生活相談 〰	生活相談	踊り 〰	
20 休館日	21 介護予防教室	22 おりがみ② ゆったり① スマホA②	23	24 スタパ相談 ピラティス②	25 はじめてのヨガ② 源氏物語①	26
	生活相談 〰	精神科相談	生活相談 〰	生活相談	内科相談 踊り 〰	
27 休館日	28 きらきらEX②	29 休館日 昭和の日	30	5/1	2 しょうぶ湯	3 休館日 憲法記念日
	生活相談 〰		生活相談 〰	生活相談	踊り 〰	

〰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**タブレット・**パ**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。