

地域生活向上教室のご案内

地域生活向上教室では、東淀川区在住の統合失調症等の方を対象に、基本的な生活習慣を整え、社会生活に必要な健康管理やコミュニケーションスキルを身につけて、地域で自分らしく安定した生活ができることをめざしています。



自分の気持ちを上手に伝えられるようになりたいな。
上手に伝えるための工夫があるんだって!

SST

社会生活スキルトレーニング



学ぶ

健康や普段の生活のこと、
みんなで考えてみよう。



料理や作品作りを通して会話を楽しもう!

レクリエーション



体を動かして体力をつけ、
自律神経を整えよう!

運動

参加費は無料です。見学も受け付けております。詳しくは裏面をご覧ください。

令和8年度 木曜会 (地域生活向上教室)

日時 : 毎月 第4木曜日 9:30~11:30

場所 : 東淀川区役所2階 集団検診室

4月	23日
5月	28日
6月	25日
7月	23日
8月	27日
9月	24日

10月	22日
11月	26日
12月	24日
1月	28日
2月	25日
3月	25日

当日午前8時の時点で、大阪市内に「特別警報」または「暴風警報」が発令されている場合は中止になります。

参加や見学をご希望の際には、必ず下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

事前に少しお話を聞かせていただいているからの見学・参加のご案内になります。

**お問い合わせ:東淀川区保健福祉センター
(東淀川区役所 保健福祉課 健康相談 2階 24番)
月~金 9:00~17:30 (06)4809-9968**