

令和8年度 地域生活向上教室プログラム

第1火曜日 9:30～11:30	プログラム	備考
教室後半のはじめに皆でラジオ体操をしましょう！		
4月7日	グループミーティング① 緑陰道路散策	初回アンケート記入
※5月12日 (日程変更)	グループミーティング② クロスワードパズル	
6月2日	SST①	心理師 田村先生
7月7日	グループミーティング③ 暑中見舞いはがきづくり	
8月4日	グループミーティング④ ダーツ	
9月1日	SST②	心理師 田村先生
10月6日	グループミーティング⑤ 風船バレー	
※11月10日 (日程変更)	SST③	心理師 田村先生
12月1日	クリスマス会	栄養士
1月5日	グループミーティング⑥ 百人一首	
2月2日	調理実習	栄養士
3月2日	1年を振り返って・次年度計画	1年間の評価表記入

*当日午前7時時点で台風接近等により市内に「暴風警報」または「特別警報」が発表されている場合は、事業を中止します。



～連絡先～

西淀川区保健福祉センター
精神保健福祉相談員
電話 06-6478-9968