

ちょこっと相談会

Inるかなび

開催日 ※時間は14:00～16:00

～毎月第1金曜日に開催中です～

10月3日

11月7日

12月5日

あなたのちょっと気になることを

ゆっくりお話しませんか？



社会福祉協議会の職員が皆さんの生活上のお悩みや心配事の相談に応じ、共に解決策を考える「ちょこっと相談会」を開催します。予約不要・相談無料です。

どなたでもお気軽にご相談ください ☺☆☆

★ちょこっと相談会・相談例★

- ・近所に友人がいなくて寂しい。誰かに話を聞いてほしい。
- ・最近スマートフォンに変更したので、使い方を知りたい！
- ・悩みごとや困りごとの相談先がわからない。相談しても良いのか悩む。
- ・特技を生かして新しいことに挑戦したい！



まずは一度ご相談ください！

会場

聖路加健康ナビスポット：るかなび

中央区築地 3-6-2

大村進・美枝子記念聖路加臨床学術センター1階

【アクセス】

★東京メトロ日比谷線築地駅 ③・④番出口徒歩2分

★東京メトロ有楽町線新富町駅 ⑥番出口徒歩5分

★江戸バス 南循環「あかつき公園」下車 徒歩3分



「聖路加健康ナビスポット：るかなび」について

るかなびは、市民が自分の健康を創り・守るために、健康や病気に関する

様々な情報を得る場として設けられています。看護職による健康相談

のほか、骨密度測定や体組成測定（いずれも有料）などの健康チェック、

闘病記や健康に関する図書の閲覧もできます。

気軽にお訪ねください。



問合せ先

中央区社会福祉協議会 ささえあい課

〒104-0032 東京都中央区八丁堀4-1-5

TEL:03-3523-9295

FAX:03-3206-0601

Mail:sasae@shakyo-chuo-city.jp

