

芝生すこやかテラス 7月行事案内

☎072-678-6620



『元気体操クラス』

10日・24日(水)

体操の時間が
40分間に
なりました!

整理券は、①部 ②部 共に9:45に配布致します

①部 受付・血圧測定 9:45～ 体操 10:10～10:50

②部 受付・血圧測定 10:55～ 体操 11:10～11:50

4日・11日・18日(木)

整理券は、①部 ②部 共に13:45に配布致します

①部 受付・血圧測定 13:45～ 体操 14:10～14:50

②部 受付・血圧測定 14:55～ 体操 15:10～15:50

持ち物: タオル・お茶など (定員各33名)

会場: 集会室 ※①部と②部の連続参加はできません。



『スマホ体験講座』 (定員20名)

○入門編① (情報格差を解消! 楽しく学べるスマホ体験)

7月19日(金) 10:00～11:30 【7月3日～受付】

○基本編③ (LINEとスマホ決済など)

8月8日(木) 10:00～11:30 【7月3日～受付】

『ICT講座』 (定員10名)

○Wi-Fi接続と市公式LINEの登録

7月26日(金) 13:30～14:30 【7月3日～受付】

※LINEアプリをインストール済みの方が対象

会場: スタジオ100



『すこやかエイジング講座』(初級編)

17日(水)

受付・血圧測定 13:45～ 14:00～15:30

会場: スタジオ100 (定員20名)



『夏場をのりきる! 栄養補給対策』

●夏場に必要な栄養素を詳しく教えてもらって
暑い夏を乗り越えよう!

●口腔体操で、舌や口まわりの筋肉を動かして
口腔機能の低下を防ごう!

19日(金) 13:30～14:30

定員30名 (要予約)

6/28(金)～
受付



『交通安全教室』



～高槻警察交通課職員による講話～

①交通安全ルールの講話

②交通安全啓発DVD上映

5日(金) 13:45～14:45

(当日先着50名)

映画会



『草を刈る娘』

10日(水)

13:00～14:30

(当日先着50名)



『知って防ごう!』

高齢者の消費者トラブル!!』

～悪徳商法・特殊詐欺・高槻市の

高齢者トラブルの現状など～

31日(水) 13:30～15:00

定員20名 (要予約)



7/10(水)～
受付



オンライン終活セミナー

12日(金) 13:30～14:30

定員20名 (要予約)

終活全般・エンディングノート

人生の心配ごとをなくす・家族に想いを伝える・就活の実践法

6/21(金)～
受付