



郡家すこやかテラス 10月行事案内



日付	名称	時間
10日(木)	元気体操クラス 会場:大広間	①部 10:10~10:50
24日(木)	整理券9:45~	②部 11:10~11:50
8日(火)	元気体操クラス 会場:大広間	①部 14:10~14:50
25日(金)	整理券13:45~	②部 15:10~15:50
22日(火)	すこやかエイジング講座 会場:スタジオ100	14:00~15:30
17日(木)	健康サポートひろば 会場:スタジオ100	14:00~15:30

映画会

24日(木) 12:50~14:40

ふるさと

『故郷』(邦画)1999年作品

監督:向井寛

出演:淡島千景、大滝秀治

穴戸錠、中尾彬

5P

『フリー卓球』

大広間

12日(土)・29日(火)

9:20~16:30

ラケット・球・靴は各自でご用意ください



『すこやかエイジング講座オンライン』 10:30~11:30

会場:ロビー 3日(木)・11日(金)・17日(木)・25日(金)・31日(木)



スマホ講座 ※2種類あります

申込開始日:10月3日(木)

朝9時から窓口または電話にて受付 **5P**

23日(水) 13:30~14:30

『Wi-Fi接続と市公式LINE登録講座』

会場:スタジオ100 定員10名

ご自身のスマホ端末を使います

25日(金) 10:00~11:30

『スマホ基本編』YouTubeとGoogleレンズ

会場:大広間 定員20名

イベント 申込開始日:10月1日(火)

朝9時から窓口または電話にて受付

30日(水) 13:00~14:30

『健康セミナー』

生活習慣病とその予防

~ロコモってなあに?~

会場:大広間

定員:申込先着30名

31日(木) 14:00~14:50

『口腔ケア講座』

~歯科衛生士が教える

ブラッシングとお口の体操~

会場:大広間

定員:申込先着45名