

# ～1月の催し～

山手すこやかテラス ☎ 072-685-4656



1/16(木) シネマ会 12:30～14:00

当日受付



「大草原の渡り鳥」DVD 日活映画の渡り鳥シリーズ第5弾！

北海道摩周湖付近の広大な自然を舞台に、ギターを背負った“渡り鳥”が、商業施設のために観光地の利権を狙いアイヌ集落を襲おうとする悪党に対抗する元刑事の姿を描いた感動映画です。小林旭と穴戸錠の息の合った演技を見せ、シリーズの最高作と言われている。 出演者:小林 旭、穴戸 錠、浅岡 ルリ子、白木マリ ほか

1/17(金) アロマワークショップ Vol.2 10:30～11:30



ハンドクリーム作りとハンドマッサージ講座 講師は岡川先生

アロマオイルを使用して、香りをもたらす効果のお話・ハンドクリーム作り、作ったクリームでハンドマッサージの講座を行います。参加費無料です！

※ご本人様分のみのお申込み受付となります。初めての方優先で受付します。



申込期間  
12/16(月)9:00～  
1/11(土)まで  
(申込順10名)

1/18(土) 初笑い！山手すこやか寄席！ 10:30～12:00

社会人落語日本一に輝いた、喜怒家哀楽(きどやあいらく)さん、そして京都女子大学落語研究会の女御亭抱好喜(おなごていだいすき)さんによる落語と、HIROさんによるマジックショーの3本立て！新しい年のスタートに初笑いしませんか？



申込み開始  
12/9(月)9:00～  
(申込順50名)

1/20(月) ビューティー講座 10:30～12:00

資生堂株式会社の方による【大人のためのパーソナルビューティー講座】自分らしく毎日を生き活き、はつらつと！年齢を重ねても、輝き続けるために一緒に学びましょう♪



申込み開始  
12/23(月)9:00～  
(申込順24名)

1/29(水)、1/31(金) 暮らしに役立つ「整理収納」講座 10:30～11:30

明治安田生命保険相互会社の方による整理整頓の講座です。

日々のお片付けを効率よく簡単に出来る方法を徹底解説！

第一回 1/29(水)整理収納の基礎、

第二回 1/31(金)実践的な整理収納術 をご紹介します！



申込み開始  
1/4(土)9:00～  
(申込順各24名)

1/30(木) シネマ会 12:30～14:05

当日受付



「百万長者と結婚する方法」DVD

ニューヨークでモデルをしているポーラ、シャツツイ、ロコはお金持ちとの結婚を夢見て、高級マンションで共同生活を始めた。裕福な相手を見つけたり、お金はないが魅力的な男性に出会うといった様々な経験を経て、彼女たちの結婚観が変化していく…最後に選ぶのは？

出演者:マリリン・モンロー、ローレン・バコール、ベティ・グレイブル、キャメロン・ミッチェル ほか



スマホ講座・元気体操クラスの予定は裏面をご確認下さい



1/9(木) すこやかテラス スマホ講座③ 13:00~14:00

【講座③:LINE講座 STEP2】※講師はすこやかテラス職員  
プロフィールの設定(自分好みの画像や背景の設定)と  
メッセージや写真の送信について

※スマホをお持ちの方で、LINEのアプリを登録してご参加ください。



申込み開始  
12/4(水)9:00~  
(申込順10名)

1/22(水) 知って得するスマホ講座 10:30~11:30

【マップ編】

・地図を使ってみよう！・乗り換え案内を使ってみよう！  
お出かけの際に必要な地図アプリや乗換案内の使い方を解  
説、実践します♪ご自身のスマホをご持参ください。※講師は携帯



申込み開始  
12/23(月)9:00~  
(申込順10名)

元気体操クラス・健康サポートひろば・すこやかエイジング講座(下記カレンダー参照)

「元気体操クラス」 2F大広間  
第1・3木曜日 第2・4月曜日  
(9:45から整理券配布)  
1回目 10:10~10:50  
2回目 11:10~11:50  
第3火曜日  
(13:45から整理券配布)  
1回目 14:10~14:50  
2回目 15:10~15:50

「健康サポートひろば」 1Fスタジオ100(B)  
第2木曜日 14:00~15:30  
「すこやかエイジング講座」1Fスタジオ100(B)  
第1水曜日 10:00~11:30



健康パスポートのポイント交換を忘れずに！  
ポイントの付与は1/31(金)まで。  
是非イベントにもご参加ください。



※該当日が祝日の場合はお休みとなります。  
1/13(月)は祝日でお休み(成人の日)

# 1月

月曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	1 休館日	2 休館日	3 休館日	4
5 休館日	6	7	8	9 健康サポートひろば 14:00~15:30	10	11
12 休館日	13 休館日	14	15	16 元気体操 1部10:10~ 2部11:10~	17	18
19 休館日	20	21 元気体操 1部14:10~ 2部15:10~	22	23	24	25
26 休館日	27 元気体操 1部10:10~ 2部11:10~	28	29	30	31	1

