

芝生すこやかテラス 2月行事案内

☎072-678-6620

『元気体操クラス』

12日・26日(水)

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

6日・13日・20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)



○基本編④ (YouTube・レンズ編)

2月21日(金) 10:00～11:30 【2月3日～受付】

○基本編⑤ (スマホではじめよう! 災害の備え)

3月21日(金) 10:00～11:30 【3月3日～受付】

※スマホ端末は用意します。(ご自身の端末は使用できません)

『ICT講座』 (定員10名)

○検索力を身につけよう

2月28日(金) 13:30～14:30 【2月3日～受付】

※わからないことをスマホで検索調べてみよう!

会場：スタジオ100

『すこやかエイジング講座』(初級編)

19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)

『皮膚(かゆみ・乾燥)の話』

～北摂総合病院 皮膚科 芳川た江子先生の講演と
リハビリテーション科の方による運動指導～



4日(金) 13:30～15:00

会場：集会室 (定員50名：要予約)

※動きやすい服装でご参加ください。

1/20(月)～
受付

『スマホ講座①②③』



①3日(月) 10:00～11:00

応用編：デジタルリテラシーを身につけて
安心・安全にインターネットを楽しもう

②7日(金) 13:00～14:00

基本編：電話、カメラを使おう

③17日(月) 10:00～11:00

基本編：地図アプリを使おう

詳しい内容は
ポスターを
ご覧ください



定員：①②③各10名(要予約)

1/15(水)～受付開始

映画会『南国土佐をあとにして』

14日(金) 13:00～14:20

出演：小林旭、浅丘ルリ子、ほか



『漫談&琴コンサート』

楽笑の漫談パラダイス

生田流箏曲師範 小森真理子&

琴感動シスターズコンサート

26日(水) 13:30～14:30

