

～5月の催し～

山手すこやかテラス ☎ 072-685-4656



5月3日(土)～5月6日(火)は休館日です

5/14(水) マクラメワークショップ 10:30～12:00 または 12:30～14:00

“マクラメ”とは、ヒモを編んで模様や装飾を作り出す手芸技法のことです。今回は【世界に一つだけのコースター】を作成します！お家でのティータイムやインテリアのひとつにも使えるお洒落な作品をこの機会に一度作成してみませんか？参加費無料！

4/14(月)
9:00～申込開始
(申込順各5名)



5/15(木) シネマ会 12:30～13:45

申込不要
当日受付



「フランキー・ブーちゃんのあゝ軍艦旗」DVD

海軍兵学校に入隊した江戸っ子の門馬と、田舎弁丸出しの間々田は厳しい訓練に明け暮れる中で仲良くなった。ある日空爆による混乱の最中、間々田は恋女房に会いたくなり、学校から逃げた。逃亡兵は見つかれば次第射殺されてしまうので、門馬は決死の覚悟で彼を探しに行った… 出演者:フランキー 堺、市村 俊幸、中原 早苗 ほか

5/28(水) 表情筋ヨガ×転倒防止ヨガ 10:30～11:30

2種類のヨガのコラボレーション！講師にお二人のヨガインストラクターさんをお迎えして、頭の先からつま先まで、ほぐしてリフレッシュ♪初めての方でも、体が硬くても大丈夫！参加費無料ですのでちょっとでも興味がある方は、是非この機会にご参加ください。どちらのヨガもイスに座って行います！ 講師:岡川晴奈さん、村上綾美さん



4/28(月)
9:00～申込開始
(申込順35名)

5/30(金) 楽しい演芸ショー 10:30～11:30

笑いとおどろきのショー！アトム健児さんによるあっと驚く手品が見られます♪そして交遊亭楽笑さんによる漫談ショーです。たくさん笑って脳に刺激を与えましょう♪笑いは認知症予防の第一歩です♪

4/28(月)
9:00～申込開始
(申込順50名)



5/31(土) シネマ会 12:30～14:05

申込不要
当日受付



「俺は待ってるぜ」DVD

夜霧深い波止場にある小さなレストラン“リーフ”のマスター島木譲次(石原裕次郎)は、元ライト級ボクサー。喧嘩がもとで誤って人を殺してしまい、それ以来ボクサーを辞め、悔恨と失意の日々を送っていた。そんな譲次の希望は、ブラジルにいる兄のもとへ行くことだった。「1年後に必ずお前を呼ぶから」という兄の言葉を信じ、譲次は波止場で便りを待ち続けていた。そんなある日、彼は橋の上で雨に濡れて立ち尽くす見知らぬ女(北原三枝)に出会うが…

演者:石原 裕次郎 北原 三枝 二谷 英明 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



5/8(木) すこやかテラス スマホ講座 13:00~14:00

(申込順10名)

すこやかテラス主催のスマホ講座を開催します。

【講座①:Wi-Fiを繋げてみよう・LINEで高槻市とつながろう】

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。※講師は、すこやかテラス職員



4/3(木)
9:00~申込開始

5/21(水) 知って得するスマホ講座 10:30~11:30

※講師は専門知識を持った専門家の方です。

PayPay編

【PayPayの使い方】

PayPayってよく聞くけどどんなもの?なぜ今PayPayを使う人が多いの?などなど…キャッシュレス決済についてお伝えいたします!

11:30~12:00までは、個別に質疑応答(希望者のみ)



4/14(月)
9:00~申込開始
(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 日程



「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)
(初級編)

第1水曜日 10:00~11:30

健幸パスポートの申請受付中です!
事務所窓口までお越しください♪



5月 2025

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