

芝生すこやかテラス 5月行事案内

☎072-678-6620



『元気体操クラス』

14日・28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

1日・8日・15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。



『すこやかエイジング講座』(初級編)

21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)



『ヤクルト健康セミナー』

今日から始める健腸生活
～腸の若返りが健康の秘訣～



基本的な腸のお話や、バランスの摂れた食生活を見直すきっかけ作りに「野菜ビンゴカード」を作成してビンゴゲームをしながら学ぶ参加型健康セミナーです。

23日(金) 13:30～14:30

定員30名(要予約)

5/2(金)～
受付



『スマホ体験講座』(定員20名)

○入門編②(初めて知るスマホ体験・スマホの「楽しさ」「便利さ」を体験)

16日(金) 10:00～11:30 【5月8日～受付】

会場：スタジオ100

『ICT講座』(定員10名)

○検索力を身につけよう

19日(月) 13:30～14:30 【5月8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



『ギター&ハーモニカ演奏会』

申込不要

29日(木) 13:30～14:30

～スーベニールの皆さんによる演奏会～



ギター&ハーモニカの演奏で素敵な音楽を奏でます♪
一緒に歌って楽しみましょう♪



『映画会』

申込不要

「故郷(ふるさと)」

9日(金)

13:00～14:50

出演：淡島千景・大滝秀治 他

「勝利者」

30日(金)

13:00～14:40

出演：石原裕次郎、三橋達也 他

お知らせ



5/6(火)
開館



5/7(水)
休館