



春日すこやかテラス

『元気体操クラス』

8月1日(金)・6日(水)・12日(火)・15日(金)・26日(火)

2階 集会室 持ち物:タオル、お茶など

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

『健康サポートひろば』

8月8日(金)

1階クラブ室 14:00～15:30

個別に健康相談や血圧測定を行うほか、
あらゆるテーマで「健康」を学べます。



『すこやかエイジング講座』 (初級編)

8月19日(火)

1階 スタジオ100 持ち物:タオル、お茶など

受付・血圧測定 13:45～ 14:00～15:30

生活習慣病対策と介護予防の基本をお伝えします

高ももも
槻てるにたく

筋力アップ↑体操

スマホを楽しもう♪

『LINE講座 STEP2』

8月15日(金)

10:00~11:00

1階 スタジオ100

定員:10名



こんなことが学べます

- ・プロフィール設定
- ・メッセージや写真の送信

『スマホで始めよう!災害の備え』

8月26日(火) 13:00~15:00

2階 集会室

定員:20名

こんなことが学べます

- ・防災にスマホを役立てよう
- ・防災/災害時の便利な使い方

申込開始日:8月4日(月)朝9時から

春日すこやかテラス 電話:072-671-7872

タブレット使ってみませんか?



タブレットコーナーがあるんです!!



ニュースを読む
天気予報を見る
調べものをする
など...

脳トレ
ゲームアプリで
遊んでみませんか?



ヤクルト健康セミナー

最高級のヤクルトを飲みながら楽しく学ぼう！

お口の健康
手洗い等
情報満載♪



腸の健康



日時：8月4日（月）10：30～11：30

場所：春日すこやかテラス 2階 集会室

事前申込：7月7日（月）から申込順50名

スマホの疑問 同じこと何度聞いても大丈夫

- **地図**の便利な使い方
- **スマホ**の基礎知識

PASSWORD...



2種類の講座があります。

時間等を確認のうえ、お申込みください。



日時：令和7年8月6日(水)

場所：春日すこやかテラス 1階 スタジオ100

時間：①9：30～11：00 ②12：00～13：30 ③14：00～15：30

①③：地図の便利な使い方 ②：スマホの基礎知識

事前申込：令和7年7月4日(金)から①②③共に申込順20名

講師：ソフトバンク株式会社

※講座では、講師が用意した端末を使用します

高槻市介護予防マイスターと一緒に高槻市が考案した



健康ポイント対象事業

もてきん体操

高槻ももっとも 筋力アップ体操

みんなで楽しく頑張りましょう！！
ストレッチ体操も行います

日時：8月25日（月）10:00～10:45
場所：春日すこやかテラス1階スタジオ100
服装：動きやすい服装上履き（運動できる靴）
持物：飲み物 タオル 健幸パスポート
事前申込：8月1日（金）から申込順10名
担当：高槻市介護予防マイスター 美馬・渡辺

5種類の基本動作を
組み合わせ足腰の筋力や
バランス向上姿勢の改善を
目指します！

音楽に合わせます♪



1つ1つの動作を詳しく
説明しながら行います！



落語

喜怒家哀楽

渚家六丸

八月三十日（土）十三時三十分～十五時

春日すこやかテラス二階集会室にて
事前申込 八月二日（土）から申込順七十名

みんなで作ろう！
しゃべろう！



福祉の じゅんかいそうだん



カーテンリングで作る キーホルダー

カーテンリングを使って動物や
キャラクターのキーホルダーを
作ります！



そうだん

キーホルダーを作りながら
健康のこと、家族のこと、
その他いろんな相談ができ
ます。

生活の悩みなどの相談を
お聞きし、専門機関を紹介
します。

無料

2025年

8月25日(月) 10:30~



春日すこやかテラス

〒569-0053 高槻市春日町2 1番2 8号

問合せ先

(福) 高槻市社会福祉協議会

地域共生推進課 相談支援チーム 072-674-7494



ぷちまるしえ

であう・みつける・つながる

8.25 月 10:00-12:00

春日すこやかテラス 1階ロビー



将棋の駒がクッキーに
将棋ver.
『はにたん』は高槻市のマスコットキャラクターです。



障がい福祉事業所
でつくったおいしい
クッキーなどがやってくる！



はにたんの誕生日してる？
マスコットキャラクター



- ・ワーク・工房事業所
- ・支援センターはな

映画観賞会と、ふれあい喫茶情報

8月の映画観賞会

8月14日(木)

13:30~15:05

『花の特攻隊
あゝ戦友よ』

咲いた花なら散るのは覚悟・・・
母の名を叫びながら・・・
若き特攻隊員の記録

出演:杉良太郎／浜田光男／藤竜也

8月29日(金)

13:30~15:05

『精霊流し』

一本のバイオリンがつなぐ美しくも悲しい
<母と子>の愛の物語
原作:さだまさし

出演:内田朝陽／酒井美紀／高島礼子



次回は↓↓ 8月はお休みです

9月11日／25日(木)開催!!

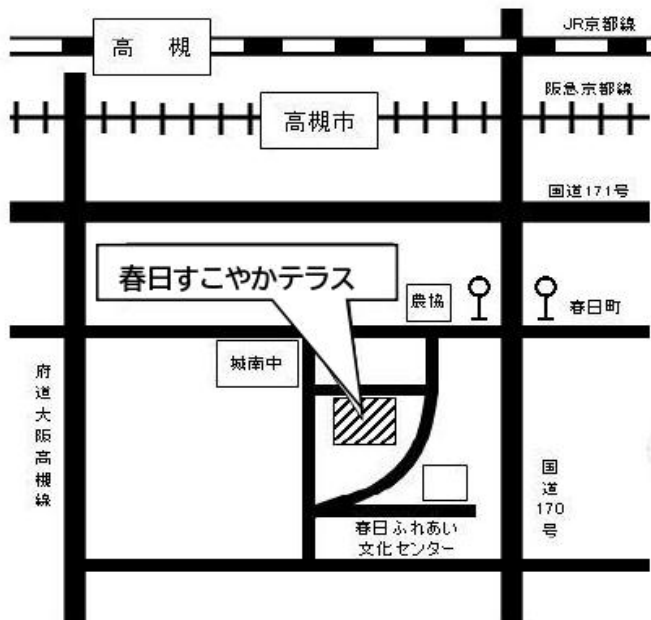
コーヒーor紅茶(お菓子付き) 100円

(毎月第2第4木曜日 13:30~15:30)

春日すこやかテラス1階ロビー

主催:若松地区福祉委員会





《交 通》

JR高槻駅南のりば、または阪急高槻市駅より

市営バス「下田部団地行き」春日町バス
停下車、徒歩 10 分

京阪バス「枚方市駅行き」春日町バス停
下車、徒歩 10 分



高槻市社協イメージキャラクター タッピー

〒569-0053

高槻市春日町 21-28

TEL 072-671-7872 FAX 072-671-5503