

春日すこやかテラス 9月 行事案内

『元気体操クラス』

9月3日(水)・5日(金)・9日(火)・19日(金)

2階 集会室 整理券は、①部 ②部 共に13:45から配布致します

- 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』 9月12日(金)

1階 スタジオ100 14:00～15:30 個別健康相談 体力測定など

『すこやかエイジング講座(初級編)』9月16日(火)

1階 スタジオ100 受付・血圧測定13:45～講話と体操14:00～15:30

『オンラインでますます元気体操』10:30～11:30

9月4日(木)・12日(金)・18日(木)・25日(木)

※12日以外は2階 集会室 12日は1階スタジオ100とクラブ室

『春日ふれあい喫茶』 主催:若松地区福祉委員会

9月11日・25日(木)13:30～15:30

1階 ロビー コーヒーor紅茶(お菓子付き)100円



『鴛鴦歌合戦』



9月11日(木)13:30～14:40

片岡千恵蔵／志村喬／ディックミネ

『拳銃無頼帖 抜き射ちの竜』

9月25日(木)13:30～15:00

赤木圭一郎／浅丘ルリ子



9月11日(木)・25日(木)13:00～15:00

丁寧に作られた手作りの雑貨・支援センターはな
が数量限定で販売
・就労支援センターフォルツァ

『Wi-Fi接続と市公式LINE登録』

9月19日(金)10:00～11:00

1階 スタジオ100 定員:10名

『セキュリティ・健康管理編』

9月30日(火)13:00～15:00

1階 スタジオ100 定員:20名

申込開始日:9月3日(水)から受付

スマホで
健康管理をしようなど



スマホ講座 知りたい気持ち大歓迎

①③ こんな時どうしたらいいの?

② 初心者のための基本操作

9月3日(水)①9:30～ ②12:00～ ③14:00～

申込開始日:8月6日(水)から①②③共に20名

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

9月8日(月)10:30～11:30

申込開始日:8月8日(金)から50名

お口の中から
健康に
情報満載♪

身体にイ～ストレッチ&漫談

9月26日(金)13:30～15:00

申込開始日:8月26日(火)から

申込順50名



表情筋ヨガ

9月29日(月)10:30～11:30

申込開始日:8月28日(木)から申込順50名



講座・イベントは事前申込制・締切有。事務所又はチラシにてご確認を!
春日すこやかテラス ☎072-671-7872