



春日すこやかテラス

『元気体操クラス』

11月5日(水)・7日(金)・11日(火)・21日(金)・25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

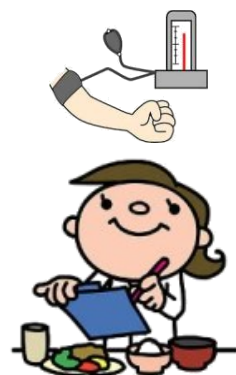
②部 受付・血圧測定 14:55～ 体操15:10～15:50

『健康サポートひろば』

11月14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)

11月はお休みです。次回は12月16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
槻てがるにたく

筋力アップ↑体操

スマホを楽しもう♪

『初めて知るスマートフォン体験
スマホの「楽しさ」「便利さ」を体験』

11月25日(火) 13:00~15:00

1階 スタジオ100 定員:20名



こんなことが学べます

- ・お出かけしよう
- ・写真を撮ろう
- ・LINEで連絡してみよう
- ・もっと便利な使い方

申込開始日: 11月5日(水) 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？



スマホの疑問 同じこと何度聞いても大丈夫

- スマホの**なぜなに？**基本操作
- **健康管理（フレイル予防）**



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11月5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

① ③：スマホのなぜなに？基本操作 ②：健康管理（フレイル予防）

事前申込：令和7年10月8日(水)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、講師が用意したスマートフォンを使用します

デジタル活用支援 スマホ講座

- ①インターネットを**使ってみよう**
- ②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**

2種類の講座があります
時間等を確認の上、お申込ください



日時：令和7年11月10日(月)

場所：春日すこやかテラス 1階 スタジオ100

時間：①10:30～11:30 ②13:00～14:00

①：インターネットを使ってみよう

②：デジタルリテラシーを身に付けて安心・安全にインターネットを楽しもう

事前申込：令和7年10月11日(土)から①②共に申込順12名

講師：ドコモショップ高槻店 ※講座では、ご自分のスマートフォンを使用します



令和7年度 秋の発表会



展示発表

11月18日(火)～11月21日(金)

1階スタジオ100／1階廊下



舞台発表:11月19日(水)～11月20日(木)



↑↑どなた様でも観覧自由!ぜひ観に来てください↑↑



ぶちまるしえ

であう・みつける・つながる

11月27日 木

13:00-15:00

春日すこやかテラス 1階ロビー

障がい福祉事業所で
丁寧に作られたおいしい
クッキーが
数量限定販売!!

・ワーク工房事業所

来館お待ちしております
はにたん



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。



雑念を払い、ありがたいお話に耳を傾けましょう

椅子座禅 法話

日時：11月28日（金）13時30分～14時30分

場所：春日すこやかテラス 2階集会室

申込：11月6日（木）から先着50名

一般財団法人
青少年文化研修道場



11月の映画観賞会

11月13日（木） 13:30～15:05

『勝利者』

チャンピオンと恋を賭けた必殺の左フック!!アクション・メロドラマ巨編

出演：三橋達也／石原裕次郎／北原三枝

11月27日（木） 13:30～15:05

『荒野の決闘』

この作品の原題「愛のクレメンティン」と同名の主題曲と共に、美しい西部の日常風景はいつまでも心に焼き付く。

出演：ヘンリー・フォンダ／リンダ・ダーネル

春 日 ふ れ あ い 喫 茶

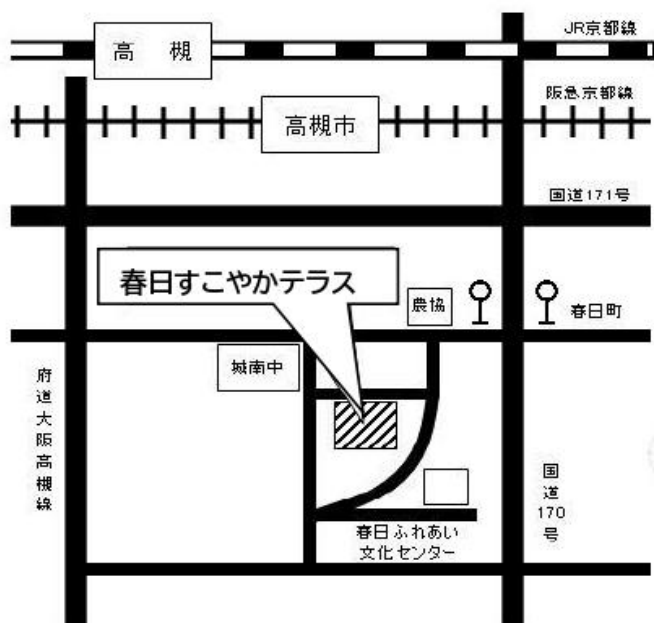
11月13日／27日(木)開

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



〒569-0053

高槻市春日町 21-28

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

高槻市社協イメージキャラクター タッピー