



# 富田すこやかテラス（老人福祉センター）

令和8年1月 行事予定表（定員制のイベントは予約をお取りください。）

●各教室・同好会 会員募集中!! 事務所までお問い合わせください。

## 入場無料

高槻市民の方が無料で  
利用（入館）できる施設です。

## 館内リ-Wi-Fi

館内ご利用時はいつでも  
Wi-Fi接続可能です。

## 各種教室

様々な趣味や介護予防の  
教室が開催されています。



●健幸パスポートをお持ちの方は、ポイント対象です。（※一部除く）

日にち	講 座	時 間	受付開始日	定員	備考
5日 (月)	元気体操クラス	①10:10~ ②11:10~	(当日) 受付9:45~	①28名様 ②28名様	
6日 (火)	健康サポートひろば (個別の健康相談など)	14:00~15:30	予約不要	時間内随時受付します	何でもお気軽にご相談ください
7日 (水)	元気体操クラス	①10:10~ ②11:10~	(当日) 受付9:45~	①28名様 ②28名様	
11	ぶちまるしえ	10:00~12:00	(出店)	カフェコモンズ ワークショップWith	1階ロビーでお菓子・雑貨などの販売をします。
8日 (木)	卓球デイ	9:30~12:00	予約受付中	20名様	お一人様歓迎!! 経験者も初心者もOK!
14日 (水)	手作り スマホ体験講座 ～基本編～	10:00~12:00	予約受付中	20名様	
11	卓球デイ	13:30~16:00	予約受付中	20名様	お一人様歓迎!! 経験者も初心者もOK!
15日 (木)	すこやかエイジング講座 オンライン ストレッチ・筋トレ・お口の体操	10:30~11:30	当日先着順	30名様	理学療法士によるレッスンで体操の効果を実感!
11	上映会 「探偵事務所23 くたばれ悪党ども」	14:00~16:00	予約不要	40名様 当日先着順	出演: 宍戸錠・笹森礼子 (1963年)
16日 (金)	ICT講座 検索力	13:30~14:30	1/5(月) ~ 受付開始	10名様	
19日 (月)	元気体操クラス	①10:10~ ②11:10~	(当日) 受付9:45~	①28名様 ②28名様	
11	ぶちまるしえ	10:00~12:00	(出店)	ユニーク	1階ロビーでお菓子・雑貨などの販売をします。
20日 (火)	手作り体験① ～レゴでクリーマー入れ～	13:30~15:00	1/5(月) ~ 受付開始	20名様	
21日 (水)	元気体操クラス	①10:10~ ②11:10~	(当日) 受付9:45~	①28名様 ②28名様	
27日 (火)	手作り体験② ～レゴでクリーマー入れ～	10:00~11:30	1/5(月) ~ 受付開始	20名様	
11	椅子を使ったエクササイズ	13:30~14:30	1/5(月) ~ 受付開始	25名様	音楽に合わせ椅子に座って行うエアロビクスです。
28日 (水)	元気体操クラス	①10:10~ ②11:10~	(当日) 受付9:45~	①28名様 ②28名様	
11	卓球デイ	13:30~16:00	予約受付中	20名様	お一人様歓迎!! 経験者も初心者もOK!
29日 (木)	すこやかエイジング講座 オンライン ストレッチ・筋トレ・お口の体操	10:30~11:30	当日先着順	30名様	理学療法士によるレッスンで体操の効果を実感!
11	北摂病院講座 ～呼吸器内科のお話～	13:30~15:00	予約不要	40名様 当日先着順	体操がありますので、動きやすい服装でご参加ください
30日 (金)	スマホ講座（菱和テレコム）	10:30~11:30 13:00~地図アリを使おう 14:30~わざり診療を使ってみよう	1/5(月) ~ 受付開始	各回12名様	ナンプレ
11	クイズDAY ナンプレ・脳トレクイズなど	1人1枚問題を配布します	※ポイント対象外		

### お知らせ①

令和7年度 健幸パスポートの押印は1月31日までです。

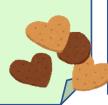


### ぶちまるしえ（10:00~12:00）

1階ロビーで焼き菓子や雑貨などの販売を行います。  
元気体操に来られる際には是非お立ち寄りください。

1月7日（水）カフェコモンズ・ワークショップ With

19日（月）ユニーク



### お知らせ②

#### すこやかエイジング講座

オンラインを2階大広間で開催!!

～ますます元気体操～

ストレッチ×筋トレ×お口の体操

理学療法士によるレッスンで体操の効果を実感!

#### オンライン



### お知らせ③

各教室・同好会の会員募集中!!

定員の空き状況は事務所まで。

お気軽にお問い合わせください。

教室（カラオケ・民謡・大正琴・太極拳）

同好会（老人会カラオケ・老人会江州音頭・囲碁・折り紙・健康ヨガ・健康リズム体操・ディスコン・ピラティス・麻雀）



# 富田すこやかテラス（老人福祉センター）

## 令和8年1月 行事予定表（定員制のイベントは予約をお取りください。）



●各教室・同好会 会員募集中!! 事務所までお問い合わせください。

日 時		1	2	3
日	月	火	水	木
午前	休館日			休館始日
午後				休館始日

日 時	4	5	6	7	8	9	10
日	月	火	水	木	金	土	
午前	休館日	元気体操クラス ①10：10～ ②11：10～ (受付9：45～)		元気体操クラス ①10：10～ ②11：10～ (受付9：45～)	卓球デイ	健康ヨガ 同好会	ディスコン 同好会
午後	休館日	カラオケ教室	健康体操 -トひろば 14：00～15：30	ぶちまるしえ 10：00～12：00 ●カフェコモンズ● ●ワーグラフ With● 1F ロビー	ピラティス	江州音頭	

日 時	11	12	13	PASSWORD...	14	受付中	15	16	17
日	月	火	水		木		金	土	
午前	休館日	成人の日	健康ヨガ 同好会		スマホ体験講座 ～基本編～ 10：00～12：00	すこやか エイジング講座 (オンライン)	大正琴教室		
午後	休館日		健康リズム体操 同好会	麻雀同好会 (2階 和室)	上映会 探偵事務所23 くたばれ悪党ども	囲碁同好会 (2階 和室)	1/5（月）～ 受付開始	富寿栄老人会 カラオケ	

日 時	18	19	20	21	22	23	24
日	月	火	水	木	金	土	
午前	休館日	元気体操クラス ①10：10～ ②11：10～ (受付9：45～)	折り紙	元気体操クラス ①10：10～ ②11：10～ (受付9：45～)		大正琴教室	ディスコン 同好会
午後	休館日	ぶちまるしえ 10：00～12：00 ●ユニーク● 1F ロビー	手作り体験 レッソングリー入門 13：30～15：00	太極拳教室	民謡教室 (中2階 会議室)	江州音頭	健康リズム体操 同好会

日 時	25	26	27	28	29	30	31
日	月	火	水	木	金	土	
午前	休館日		手作り体験 レッソングリー入門 10：00～11：30	元気体操クラス ①10：10～ ②11：10～ (受付9：45～)	すこやか エイジング講座 (オンライン)	スマホ講座 (菱和レジム) 10：30～ カセ-アリを使おう	1/30 クイズデイ
午後	休館日	カラオケ教室	椅子を使った エクササイズ	麻雀同好会 (2階 和室)	北摂病院講座 ～呼吸器内科～	地図アリを使おう 14：30～ カライ診療を使ってみよう	富寿栄老人会 カラオケ

卓球・ディスコン・ボッチャの貸し出しは事務所まで。ボードゲームもあります。

開館時間：9:00～17:15 ただし、部屋のご利用は9:30～16:30まで。休館日：日曜日と敬老の日を除く祝日・年末年始

富田すこやかテラス：富田町2-4-9 ☎072-694-7212