


# ～5月の催し～

山手すこやかテラス 072-685-4656

5月4日(月)～5月6日(水)  
は休館です

開催日		時間	申し込み
5/18 (月) 	<b>アロマワークショップ</b> ※ アロマで作るリップクリーム＆香りのお話 ※ アロマを使って、やさしいリップクリームを手作りしてみませんか？ 香りが心や体に与える働きについても、お話します。 はじめての方でも安心してご参加いただけます。 アロマの香りに癒されるひとときを過ごしましょう。	10:30～11:30 講師は 岡川 晴奈先生	4/13(月) 申込順10名 ※ご本人様分のみのお申込み受付となります。
5/21 (木) 	<b>シネマ会「父と暮せば」<sub>DVD</sub></b> 舞台は戦後間もない広島。原爆で父(原田芳雄)を亡くした娘・美津江(宮沢りえ)は自分だけが生き残ったことに負い目を感じながら暮らしていた。ある日、彼女の前に亡くなったはずの父(幽霊)がひょっこり現れ話し始めた。父は恋や未来に臆病になっている娘に前へ進む勇気を与えようと現れたのだった。 戦争の悲しみを背景にしながらも、「生きること」と「幸せになる勇気」を優しく問いかける作品です。 出演者 宮沢 りえ、原田 芳雄、浅野 忠信 ほか	12:30～14:10 (12:10～当日受付)	申込不要 
5/22 (金) 	<b>健康講座</b> 骨密度についての講座です。骨密度を測ってみませんか？骨は、気づかないうちに弱くなっていることも…今の骨の状態を知ることが、健康への大切な一歩です。 この機会にぜひ骨密度測定を体験してください！	13:00～14:00 講師は ヤサカ商事株式会社 職員	4/20(月) 申込順40名
5/25 (月) 	<b>ロビーイベント</b> 年恒例のマジックショーを開催します！笑いあり、おどろきありの楽しいマジックショー。目の前で起こる不思議なひと時をぜひ一緒に！ どなたでもご覧いただけますので、お気軽にお立ち寄りください。	10:50～11:30 (当日受付) 出演者は 磐手マジック	 申込不要
5/29 (金) 	<b>うた広場</b> 脳と身体の活性化をめざす音楽療法プログラムです。歌って、聴いて、音でふれあう♪音楽のチカラで心も身体もいきいき元気に！簡単な楽器を使って楽しく脳と身体を活性化しましょう。 皆様のご参加お待ちしております。	13:00～14:30 講師は 大阪ガスグループ 山田 由紀子先生	 4/27(月) 申込順35名

開催日		時間	申し込み
5/14 (木)	<b>すこやかテラス スマホ講座</b> 【講座②:検索力を身につけよう!】 Googleアプリを使用して、文字入力・音声・画像による検索について。 ご自身のスマホで受ける講座です。 Googleのアプリを登録して、ご参加ください。	13:00~14:00  講師は すこやかテラス職員	4/3(金)  申込順10名
6/4 (木)	<b>初めてのスマホ体験講座</b> 【入門編②】 初めて知るスマホ体験。「楽しさ」「便利さ」を体験しましょう 端末は貸出します。 ※14:30~15:00は個別相談(希望者のみ)です。	13:00~14:30 講師は 携帯会社スタッフ	4/3(金)  申込順10名
6/11 (木)	<b>すこやかテラス スマホ講座</b> 【講座③:LINE講座 STEP2】 プロフィールの設定(自分好みの画像や背景を、カメラで撮影して設定)と メッセージや写真の送信について。 ご自身のスマホで受ける講座です。 LINEのアプリを登録してご参加ください。	13:00~14:00  講師は すこやかテラス職員	4/3(金)  申込順10名

元気体操クラス 健康サポートひろば  
すこやかエイジング講座 すこやかエイジングオンライン

5月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	27	28	29	30	1	2
3 休館日	4 休館日	5 休館日	6 休館日	7 元気体操 1部10:10~ 2部11:10~	8 オンライン体操 10:30~11:30	9
10 休館日	11 元気体操 1部10:10~ 2部11:10~	12	13	14 オンライン体操 10:30~11:30	15	16
17 休館日	18	19 元気体操 1部14:10~ 2部15:10~	20 健康サポートひろば 10:00~11:30	21 元気体操 1部10:10~ 2部11:10~	22 オンライン体操 10:30~11:30	23
24 休館日	25 元気体操 1部10:10~ 2部11:10~	26	27	28 オンライン体操 10:30~11:30	29	30
31 休館日						



5/11 (月)	<b>ぱちまるしえ</b> 「ワーク・工房事業所」 「支援センターはなグリーンプラザ校」 障害福祉事業所で一つ一つ丁寧に作られた 手作り雑貨やお菓子の販売です！ぜひお立ち寄り下さい。	10:30~12:00	
-------------	---	-------------	--