

春日すこやかテラス 6月 行事案内

『元気体操クラス』

6月3日(水)・5日(金)・9日(火)・19日(金)・23日(火)

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』 6月11日(木)

個別健康相談・体力測定など 1Fスタジオ100 14:00～15:30

『すこやかエイジング講座(初級編)』 6月16日(火)

健康講話とストレッチ・筋力UP体操体験 1Fスタジオ100 13:45～15:30

『オンラインでますます元気体操』 10:30～11:30

6月5日(金)・11日(木)・19日(金)・25日(木)

※5日19日は1階スタジオ100とクラブ室 11日25日は1階スタジオ100と大広間

『春日ふれあい喫茶』 主催:若松地区福祉委員会

6月11日・25日(木) 13:00～15:30

1階 ロビー コーヒーor紅茶(お菓子付き)100円



『帰らざる河』



6月25日(木) 13:30～15:00

遥かなるロッキーの激流に…
愛を賭けたモンロー

『俳優 亀岡拓次』

6月30日(火) 13:30～15:30

最強の脇役俳優
すんません。不器用に恋しています。



丁寧に作られた手作りの
雑貨が数量限定で販売

6月11日(木) 13:30～15:30
・支援センターはな

『もてきん体操』

6月22日(月)
10:00～10:45 1階 スタジオ100
申込開始日:6月1日(月)から10名



やってみよう スマホ講座

たかつきDAYS掲載

申込開始日:6月3日(水)から受付

テラススマホ講座

検索力を身に付けよう	6月19日(金)	13:30～14:30	各10名
------------	----------	-------------	------

スマホ体験講座

マップやカメラを使ってみよう	6月23日(火)	13:00～14:30	各20名
----------------	----------	-------------	------



知りたい気持ち大歓迎

スマホ講座 6月17日(水)

講座は、3種類

①トラブル対処の基本	9:30～11:00
②今更聞けない基本操作	12:00～13:30
③スマホで使う音声操作の種類と使い方	14:00～15:30

申込開始日:5月13日(水)から①②③共に20名



認知症予防

皆と一緒にカラオケ歌いましょう!

講師:田村正子氏

6月11日(木) 13:00～14:00 (申込不要)



12月までの限定企画!

毎月第2木曜開催 音楽の力で楽しく脳活



楽しくSDGs

エコたわし

靴下の製造過程でできる「はぎれわか」を使って、エコなたわしを作ろう



①6月18日(木) 10:00～12:00

②6月23日(火) 10:00～12:00

※重複申込不可

申込開始日:6月4日(木)から申込順①②各28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