



～7月の催し～

山手すこやかテラス 072-685-4656

開催日		時間	申し込み
7/9 (木) 	健康講座「フットケア」 第1弾 足から始める健幸教室～転びにくい足づくり～ ご自身の足の状態とケアを知り、いきいきとした毎日をサポートします。第一弾は夏に多い足トラブル「水虫と足のお手入れ」についてです。	10:30～11:30 講師は フットケアセラピスト 青木 和美先生	6/9(火) 申込順20名 <small>※ご本人様分のみのお申込み受付となります。</small>
7/13 (月) 	ロビーイベント 多楽器、ピアノ・マンドリン・ウクレレ・ハーモニカ・オカリナ・篠笛の演奏会を開催します(^^♪ おなじみの懐かしい曲の数々をお楽しみいただけます 申込不要ですので是非お立ち寄り下さい。	11:00～12:00 出演は アンサンブル かのん	申込不要
7/14 (火) 	健康講座「食中毒予防」 毎年、家庭での食事を原因とする食中毒の発生が報告されています。家庭でできる食中毒の予防方法についてわかりやすく説明します。	10:30～11:30 講師は 高槻市 保健衛生課職員	6/15(月) 申込順20名
7/16 (木) 	シネマ会「秒速5センチメートル」DVD 小学校で貴樹(松村北斗)と明里(高畑充希)は出会うが離れ離れになる。将来の再会を約束するものの、時は流れ、2人は大人になった。再会を願う、約束の物語。 出演:松村北斗、高畑充希、森七菜 ほか	12:30～14:35 (12:10～当日受付)	申込不要 
7/23 (木) 	ボッチャ体験会 目標となる白いボール(ジャックボール)に、自分のボールをどれだけ近づけられるかを競います。 年齢や体力に関係なく楽しめるスポーツで、ルールも簡単です。初めての方も大歓迎！ぜひご参加ください。	13:00～15:00 指導は 山手ボッチャ同好会 山口 育男さん	6/22(月) 申込順15名
7/29 (水) 	多世代交流イベント 笑顔満タン サマータイム～漫談と懐かしの昭和歌謡～を開催します。交遊亭楽笑さんによる漫談と全盲のピアニスト永野ともきさんによるピアノの弾き語り、笑いと音楽のひとつとき。お気軽にお越しください。	12:30～13:30 出演者は 交遊亭楽笑さん 永野 ともきさん	6/29(月) 申込順50名 <small>お住まいや年齢関係なくどなたでも参加OK</small>
7/30 (木) 	防災講座 災害時の被害を最小限に止める(減災)ために、普段から家庭や地域で備える「自助・共助」の方法や取り組みなどについて学びます。いざという時に慌てないように一緒に学びましょう。	10:30～11:30 講師は 高槻市 危機管理室職員	6/29(月) 申込順20名


<p>7/9 (木)</p> 	<p>すこやかテラス スマホ講座</p> <p>[講座①:Wi-Fiを繋げてみよう LINEで高槻市とつながろう] 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。</p>	<p>13:00~14:00</p> <p>講師は すこやかテラス職員</p>	<p>6/3(水)</p> <p>申込順10名</p>
<p>7/28 (火)</p> 	<p>スマホの『？』解決講座</p> <p>午前の部【地図】 午後の部【メモとカレンダー】 専門の講師が丁寧にサポートしますので、初心者の方も安心してご参加いただけます。スマートフォンを使った生活がもっと楽しく便利になるよう、皆さんと一緒に学んでいきましょう。お待ちしております！</p>	<p>午前の部: 10:30~12:00 貸出用スマホ 午後の部: 13:20~14:50 ご自身又は 貸出用スマホ 講師は 携帯会社職員</p>	<p>7/3(金)</p> <p>申込順 各20名</p>

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

7月



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

<p>7/16 (木)</p> <p>・</p> <p>7/27 (月)</p>	<p>ぷちまるしえ</p> <p>「ユニークアーチ」 「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。</p>	<p>10:30~12:00</p>	
--	---	--------------------	---