



春日すこやかテラス

『元気体操クラス』

8月5日(水)・7日(金)・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』

8月13日(木)

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)

8月18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

高もってもって
槻るにたく

筋力アップ↑体操

スマホを楽しもう♪

健幸ポイント
対象

毎月講座は
変わります

やってみよう
スマホ講座



テラススマホ講座

Wi-Fi接続・LINE友だち登録	8月21日(金)	13:30~14:30	10名
-------------------	----------	-------------	-----

スマホ体験講座

LINEを使ってみよう	8月25日(火)	13:00~14:30	各20名
スマホ決済の使い方	9月8日(火)		



申込開始日:8月3日(月)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?





①初めてのスマホ（入門編）

②地震／豪雨／高槻市公式アプリ

③LINE 便利なメニューの使い方



※3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8年8月5日（水）

場所：春日すこやかテラス 1階 クラブ室

時間：①9：30～11：00②12：00～13：30③14：00～15：30

事前申込：令和8年7月15日（水）から

①②③ともに申込順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

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）

8月6日、14日、20日、28日

朝活

10：30～11：30

春日すこやかテラスで、リモート中継♪

※28日以外は2階 集会室

28日はスタジオ100とクラブ室



みんなで歌えば
ごまかせる!

皆で一緒に
カラオケ歌いましょう

認知症予防

皆カラひばり

日時 8月13日(木) 13:00~14:00 場所 春日すこやかテラス 2階 集会室

申込不要 認知症介助士・認知症パートナー・笑いヨガティーチャー：田村正子さん



ぷちまるしえ

であう・みつける・つながる

8月21日(金)

13:30-15:30

春日すこやかテラス 1階ロビー

障碍い福祉事業所で
丁寧に作られた手作りの
雑貨を数量限定で販売

ワークショップ(ハーバリウム)

支援センターはな

来館お待ちしております

可愛い雑貨がいっぱい

みんなで作ろう！しゃべろう！

福祉の じゅんかい そうだん

相談無料

8.21(金)

日時

13:30-15:00

場所

春日すこやかテラス

〒569-0053 高槻市春日町2-1番28号

マグネットクリップづくり



厚紙を使った
マグネット
クリップを
作ります♪



そうだん



マグネットクリップを
作りながら
健康のこと、家族のこと、
その他
いろんな相談ができます。
生活の悩みなどの相談を
お聞きし、
専門機関を紹介します。



問合せ先：(福) 高槻市社会福祉協議会

地域共生推進課 相談支援チーム 072-674-7494

マンドリン演奏会

～ステキな音色をお届けします～

日時：8月29日（土）13:30～14:30

場所：2階 集会室

出演：たかつきマンドリン倶楽部

定員：60名



申し込みは8月4日(火)
からです



8月の映画観賞会

8月14日（金）

13:30～15:30

『エデンの東』

永遠にきらめく青春の孤影！
若きジミーの愛の詩！

出演：ジェームス・ディーン／ジュリー・ハリス

8月27日（木）

13:30～15:20

『ショウ・ボート』

1900年のアメリカ南部。ミシシッピ川を
巡業する「ショウボート」という劇場船が
舞台

出演：アイリーン・ダン／アラン・ジョーンズ

春 日 ふ れ あ い 喫 茶

次回は↓↓ 8月はお休みです

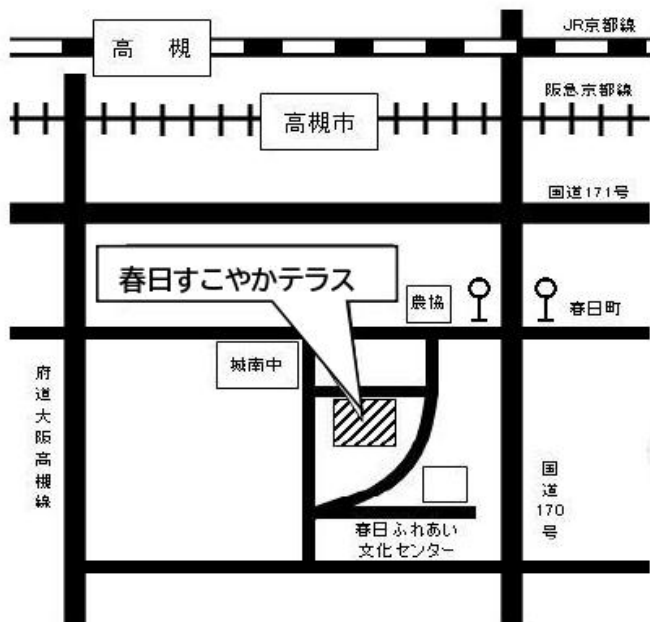
9月10日／24日（木）開催！！

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