

郡家すこやかテラス 10月行事案内

October

イベント・スマホ講座は、窓口または電話にて受付します

日付	名称	時間
8日(木)	元気体操クラス 会場:大広間	①部 10:10~10:50
22日(木)	整理券9:45~	②部 11:10~11:50
7日(水)	元気体操クラス 会場:大広間	①部 14:10~14:50
13日(火)	整理券13:45~	②部 15:10~15:50
27日(火)		
15日(木)	すこやかエイジング講座 会場:スタジオ100	14:00~15:30
23日(金)	健康サポートひろば 会場:スタジオ100	14:00~15:30

スマホ講座 10月5日(月) 9時~受付



23日(金) 申込先着 20名
会場:大広間 時間:10:00~11:30
『スマホのセキュリティについて』



28日(水) 申込先着 10名
会場:スタジオ100 時間:13:30~14:30
『Wi-Fi接続と市公式LINE登録講座』



イベント 10月7日(水) 9時~受付

各日ともに 会場:大広間

23日(金) 時間:13:15~14:45
『サザエさん一家から学ぶ
やさしい相続・生前贈与セミナー』
講師:東京海上日動あんしん生命保険(株) 中山誠氏
定員:申込先着 30名



24日(土)
時間:10:30~12:00
『キックボクシングフィットネス』
講師:kick box style 高槻
定員:申込先着 30名



31日(土)
時間:1部 10:30~11:30
2部 13:00~14:00
『ズンバゴールド® チェア』
講師:阪口扶時枝氏
定員:各部 申込先着 30名



『すこやかエイジング講座オンライン』

会場:ロビーもしくはスタジオ100 時間:10:30~11:30

1日(木)・9日(金)・15日(木)・23日(金)・29日(木)



お知らせ

主催:川西地区福祉委員会

13日(火)

『ふれあい喫茶』

時間:10:00~13:00

コーヒー(お菓子付き)100円

各日ともに 会場:ロビー

13日(火)

22日(木)

『ぶちまるしえ』

時間:10:00~

お菓子・雑貨等の販売

『フリー卓球』

会場:大広間

時間 9:20~16:30

10日(土)・30日(金)

ラケット・靴は各自で
ご用意ください



イベント

6日(火) 会場:スタジオ100
時間:10:00~12:00

『ヘッドマッサージ』

定員:申込先着

受付終了



すこやかテラス スマホ相談会



相談の他、使い方を
はじめとした交流も
できます!
お気軽にご利用ください

* 予約不要 *

20日(火) 会場:ロビー

時間:13:00~16:00

ボランティア団体"COCO縁側"

*内容により、お答えできない事項もあります

郡家すこやか映画会

会場:大広間
当日先着 60名

29日(木)『続・深夜食堂』(2016年)

時間:13:00~14:50

監督:松岡錠司 出演:小林薫他



郡家すこやかテラス(老人福祉センター) ☎072-685-0479 受付時間 9:00~17:15(日・祝を除く)