

春日すこやかテラス 10月 行事案内

『元気体操クラス』

■2日(金)・7日(水)・13日(火)・16日(金)・27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』 ■8日(木)

個別健康相談・体力測定など IFスタジオ100・14:00～15:30

『すこやかエイジング講座(初級編)』 ■20日(火)

健康講話とストレッチ・筋力UP IF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

■1日(木)・9日(金)・15日(木)・23日(金)・29日(木)

※9日は1階 スタジオ100とクラブ室 左記以外は2階 集会室



『春日ふれあい喫茶』 主催:若松地区福祉委員会

■8日・22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

『波止場』

■9日(金) 13:30～15:20

ゴッドファーザーのマーロン・ブランド。監督は「エデンの東」のエリア・カザン



『アラバマ物語』

■29日(火) 13:30～15:40

ローマの休日 of グレゴリー・ペック。清らかな父と子の愛情を子どもの視点で描いた物語

『巴里のアメリカ人』

■30日(金) 10:00～11:55

巴里の空の下で繰り広げられる、ミュージカル・ロマンス!

『もてきん体操』

■26日(月)

10:00～10:45 1階 スタジオ100

申込開始日:10月1日(木)から12名



たかつきDAYS掲載

申込開始日:10月5日(月)から受付

テラススマホ講座

LINE講座 STEP2

■16日(金)

13:30～14:30

各10名

スマホ体験講座

スマホのセキュリティについて

■27日(火)

13:00～14:30

各20名



知りたい気持ち大歓迎

スマホ講座 ■13日(火)

講座は、3種類

①地図の便利な使い方 乗換案内

9:30～11:00

②緊急時に役立つLINEの使い方

12:00～13:30

③いつでもどこでも大阪関西万博
Googleストリートビューで探索しよう

14:00～15:30

申込開始日:9月14日(月)から①②③共に20名



自由に
体操

■5日(月) 両日スタジオ100

■6日(火) 10:00～11:00

当日先着18名

認知症予防
皆で一緒にカラオケ
歌いましょう!



皆カラひばり



■8日(木)

13:00～申込不要

タップダンスショー&体験・軽運動

■22日(木) 13:30～14:30

申込開始日:3日(土)から

申込順50名



陶芸体験

来年の干支 羊の
箸置きを作りましょう



■30日(金) 13:00～14:30

申込開始日:6日(火)から申込順24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