郡家すこやかテラス 11月行事案内 November

日付	名称	時間
12日（木） 26日（木）	元気体操クラス 会場：大広間 整理券9：45～	①部 10:10～10:50 ②部 11:10～11:50
4日（水） 10日（火） 24日（火）	元気体操クラス 会場：大広間 整理券13：45～	①部 14:10～14:50 ②部 15:10～15:50
19日（木）	すこやかｴｲｼﾞﾝｸﾞ講座 会場：スタジオ100	14：00～15：30
27日（金）	健康サポートひろば 会場：大広間	14：00～15：30

イベント・スマホ講座は、窓口または電話にて受付します



『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

6日（金）・12日（木）・20日（金）・26日（木）



スマホ講座　11月5日（木）　9時～受付

5P

各日ともに　会場：スタジオ100

25日（水）　時間：13：30～14：30
『検索力を身につけよう』　申込先着　10名

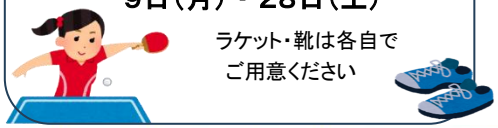
27日（金）　時間：10：00～11：30
『スマホの詐欺対策』　申込先着　20名



『フリー卓球』

会場：大広間
時間　9：20～16：30
9日（月）・28日（土）

ラケット・靴は各自で
ご用意ください



おしらせ

各日ともに　会場：ロビー

主催：川西地区福祉委員会

10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

10日（火）
25日（水）
『ぷちまるしぇ』
時間：10：00～
お菓子・雑貨等の販売



イベント　11月4日（水）　9時～受付

5P

各日ともに　会場：スタジオ100

16日（月）　時間：13：30～15：00
『穏やかライフのいろは
～高齢者の健康を支える食事と栄養～』
講師：高槻荘　管理栄養士
藤野　操氏
定員：申込先着　20名



24日（火）
時間：13：45～14：45
『家族と地域を守る
自主防災・減災講座』
講師：高槻市危機管理室職員
定員：申込先着　24名



郡家すこやか映画会

会場：大広間
当日先着　60名

27日（金）　時間：10：00～11：50
『サンセット大通り』（1950年　米）
監督：ビリー・ワイイルダー
出演：ウィリアム・ホールデン　他



5P

イベント　11月4日（水）　9時～受付

11日（水）　会場：スタジオ100
時間：13：00～16：00
『足の爪切り体験』
定員：申込先着　4名



持病や皮膚・爪の
状態によっては
施術できない
場合もあります

すこやかテラス　スマホ相談会

＊予約不要＊

17日（火）　会場：ロビー
時間：13：00～16：00
ボランティア団体”COCO縁側”

使い方、相談など
お気軽に
ご利用ください！



＊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）