芝生すこやかテラス　1月行事案内

すべて健幸ポイント対象事業です

☎072−678−6620

『 元気体操クラス 』 定員 各３３名

■１３日・２７日（水）

整理券は、①部 ②部 共に９：４５に配布致します

①部　受付・血圧測定　９：45～ 体操 10：10～10：50

②部　受付・血圧測定　10：55～ 体操 11：10～11：50

■7日・１４日・２１日（木）

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

『 すこやかエイジング講座(初級) 』 定員 ２０名

■２０日(水) 受付・血圧測定 13：45　14：00～15：30

『 健康サポートひろば 』 申込不要　健康相談

■8日(金)　14：00～15：30 時間中いつでもどうぞ

『 スマホ体験講座 』10：00～11：30 定員 20名

■１５日(金)（⑧LINEを使いこなそう【災害対策編】）

1/6～受付予定

『 テラススマホ講座 』13：30～14：30 定員 10名

■１８日(月)（検索力を身につけよう）

『 映 画 会 』

『 ソローキンの見た桜 』	■ 8日(金)	10:00～11:55
『 ファイティング オカン 』	■25日(月)	10:00～11:15
『 裏　窓 』	■25日(月)	13:00～14:55
『 エデンの東 』	■28日(木)	13:00～15:00

『 Raybe(レイビー)健康講座 』

申込不要 当日先着順



■２０日(水)　10：30 ～11：30

イスを使ったストレッチと運動で“健康”の悩みを解きほぐそう！

講師：メディカルフィットネスジムRaybe(レイビー) 仲井さん

『 やすらぎ寄席 』 申込不要



■２４日(日) 13：30～14：30



やってきました新春初笑い寄席！

落語と葦笛の演奏会で大いに年初めを楽しんでください♪

落語：喜怒家哀楽

びい亭るうず

葦笛演奏と唄：ほっとらいん





『 みんなで歌おう！＆笑顔写真撮影会 』



■２９日(金) 13：30～15：00

フォトグラファー 盛さんがギターと一緒に歌おう会を開催✨

ついロずさむ名曲達のあとに希望者には笑顔撮影も！



【 歌おう会は申込不要 】

【 笑顔写真撮影は当日申込＆応募多数の場合抽選 】

『 元気体操オンライン 』 10：30～11：30

■日程については1月張り出し予定のポスターをご覧ください

健幸ポイントの景品交換は、令和9年2月1日までです

交換希望の方はお早めに事務所までどうぞ！