

すこやかテラス 健幸ポイント対象事業

テラス名	実施日	時間	事業名	事業概要	講師名
山手	7/9 (木)	10:30~11:30	足から始める健幸教室	転びにく足作り 20人	青木 和美さん
山手	7/13 (月)	11:00~12:00	ロビーコンサート	多楽器演奏会 60人	アンサンブルかのかん
山手	7/14 (火)	10:30~11:30	家庭で出来る食中毒のいろは	食中毒予防 20人	高槻市保健衛生課
山手	7/16 (木)	12:30~14:35	シネマ会	「秒速5センチメートル」50人	
山手	7/23 (木)	13:00~15:00	ポッチャ体験会	ポッチャの体験 15人	ポッチャ同好会
山手	7/28 (火)	①10:30~12:00 ②13:20~14:50	スマホ講座	①地図②メモとカレンダー 各20人	ソフトバンク
山手	7/29 (水)	12:30~13:30	笑顔満タン! サマータイム	漫談と全盲のピアニストによる演奏と歌 50人	交遊亭 楽笑さん 永野ともきさん
山手	7/30 (木)	10:30~11:30	自主防災・減災講座	防災講座 20人	高槻市危機管理
富田	7/2 (木)	9:30~12:00	卓球デイ	卓球デイ 30人	
富田	7/8 (水)	13:30~16:00	卓球デイ	卓球デイ 30人	
富田	7/9 (木)	13:30~16:00	卓球デイ ~リーグ戦~	卓球デイ 18人	
富田	7/13 (月)	10:00~11:00	笑顔でアロハ みんなで椅子体操	フラダンスを取り入れた体操 30人	リハビリアロハ
富田	7/16 (木)	10:00~11:30	映画会	映画「くらわんか!」40人	
富田	〃	10:00~11:30	もくもくデイ	黙々と写経をする日 12人	
富田	〃	13:30~15:00	〃	〃	
富田	7/21 (火)	13:30~15:00	手作り体験	絵手紙風うちわ 20人	
富田	7/22 (水)	13:30~16:00	卓球デイ	卓球デイ 30人	
富田	7/23 (木)	13:30~15:00	ふれあいコーラス	ふれあいコーラス 50人	是枝建治さん
富田	7/28 (火)	10:00~11:30	手作り体験	絵手紙風うちわ 20人	
富田	7/29 (水)	13:30~14:30	津軽三味線コンサート	津軽三味線コンサート 50人	徳田恵美さん
富田	7/31 (金)	13:30~14:30	寄せ植え	寄せ植え 36人	フラワーショップ花助
芝生	7/6 (月)	13:00~14:55	映画会	映画「麗しのサブリナ」50名	
芝生	7/13 (月)	10:00~10:45	フリー体操	カラオケ機材 (DAM)を使って体操 35人	
芝生	7/13 (月)	13:30~14:15	フリー体操	カラオケ機材 (DAM)を使って体操 35人	
芝生	7/29 (水)	13:00~15:00	映画会	映画「深夜食堂」50名	
芝生	7/30 (木)	13:00~14:50	映画会	映画「続・深夜食堂」50名	
芝生	7/31 (金)	13:30~14:30	足腰シャキッとバランス強化教室	介護施設職員による健康講座 40名	ラ・ポルトフィーナ高槻
春日	7/9 (木)	13:00~14:30	皆カラひばり	認知症予防・回想法	田村正子さん
春日	7/10 (金)	13:30~15:25	映画会	「麗しのサブリナ」50名	
春日	7/15 (月)	10:00~11:00	自由に体操	DAMを使って音楽映像、体をほぐす体操でリラックス	
春日	7/16 (火)	10:00~11:00	自由に体操	DAMを使って音楽映像、体をほぐす体操でリラックス	
春日	7/15 (水)	①9時半②12時 ③14時	スマホ講座	①なぜ?なに?話題のchatGPTの使い方②写真を整理しよう③LINEの使い方 スタンプ/写真 各20名	Softbank
春日	7/23 (木)	13:30~15:05	映画会	「現金に手を出すな」50名	
春日	7/29 (水)	10:00~11:00	自由に体操	DAMを使って音楽映像、体をほぐす体操でリラックス	
春日	7/30 (木)	13:30~14:30	骨密度測定会	骨密度を測定し、結果の説明と骨のお話	(株)明治 特約店 ヤサカ宅配センター 鮎川店
春日	7/31 (金)	13:30~15:00	歌声喫茶&笑顔写真撮影会	ギター伴奏でみんなで歌う。美しい写真の撮られ方 60名 盛 勝利さん	
郡家	7/15 (水)	13:00~14:00	椅子ヨガ	椅子を使用してのヨガ 40名	岡川 晴奈 さん
郡家	7/25 (土)	10:30~11:30	自力整体	自分の身体の重みや自然な動きを利用して、身体を自分で 横矢 ちひろ さん	
郡家	7/29 (水)	13:00~14:45	映画会	「おじいさんと草原の小学校」 60名	