

すこやかテラス 健康ポイント対象事業

テラス名	実施日	時間	事業名	事業概要	講師名
富田	8/6(木)	9:30～12:00	卓球デイ	卓球デイ 30人	
富田	8/10(月)	10:00～11:00	サンスポーツ	夏に負けない体づくり 楽しく動いて元気アップ 30人	
富田	8/12(水)	13:30～16:00	卓球デイ	卓球デイ 30人	
富田	8/13(木)	10:00～11:30	もくもくデイ	黙々と大人のぬりえをする日 20人	
富田	〃	13:30～15:00	〃	〃	
富田	8/18(火)	13:30～15:00	手作り体験	消しゴムはんこ 20人	
富田	8/20(木)	10:00～11:30	映画会	映画「絶壁の上のトランペット」40人	
富田	〃	14:00～15:00	ギター演奏会	ギター演奏と合唱 40人	
富田	8/25(火)	10:00～11:30	手作り体験	消しゴムはんこ 20人	
富田	〃	13:30～14:30	ひもトレ講座	整体師さんによるひもを使った健康法 30人	
富田	8/26(水)	13:30～16:00	卓球デイ	卓球デイ 30人	
富田	8/27(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	8/31(月)	13:30～14:30	ヤクルト健康セミナー	今日から始める健腸生活～腸の若返りが健康の秘訣～ 40人	
山手	8/3(月)	10:30～12:00	終活&笑顔写真撮影会	終活講座と笑顔写真撮影会 24人	盛 勝利さん
山手	8/18(火)	10:30～11:30	健康講座	筋肉量について 40人	明治 ヤサカ商事㈱
山手	8/20(木)	12:30～14:05	シネマ会	映画「私を野球につれてって」 50人	
山手	8/26(水)	10:30～11:30	介護保険講座	介護保険の仕組みやサービスについて 20人	日吉台東地域包括支援センター
春日	8/5(水)	①9時半②12時 ③14時	スマホ講座	①初めてのスマホ(入門編)②地震・豪雨・高槻市公式アプリ③LINE 便利なメニューの使い方 各20名	Softbank
春日	8/8(土)	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	8/13(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	8/14(金)	13:30～15:30	映画会	「エデンの東」50名	
春日	8/17(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	8/18(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	8/27(木)	13:30～15:20	映画会	「ショウ・ポート」50名	
春日	8/29(土)	13:30～14:30	マンドリン演奏会	マンドリン合奏	たかつきマンドリン倶楽部 10名
芝生	8/3(月)	13:00～14:20	映画会	映画「イルカの豆」50名	
芝生	8/10(月)	10:00～11:10	映画会	映画「ボテチ」50名	
芝生	8/3(月)	13:00～15:15	映画会	映画「マダム・イン・ニューヨーク」50名	
芝生	8/19(水)	10:30～11:30	サククス演奏会	サククスの多重演奏会50名	高槻TIE'S
芝生	8/24(月)	13:30～14:30	ビューティー講座	基礎化粧品を使い方講座	近畿中央ヤクルト販売株式会社
芝生	8/31(月)	13:30～15:00	やさしい相続・生前贈与セミナー	わかりやすい終活講座	中山誠さん
郡家	8/27(木)	13:00～14:00	手作り体験	紙のお花とリラックスアロマスプレー作り 10人	西村麻里衣氏
郡家	8/28(金)	10:00～11:50	映画会	映画「晩春」 60人	
郡家	8/28(金)	13:30～14:30	体操など	DAMを使って音楽レクリエーション 50人	(株)第一興商