

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	内容
富田	6/4(木)	9:30~12:00	卓球デイ 卓球デイ 30人
	6/10(水)	13:30~16:00	卓球デイ 卓球デイ 30人
	6/11(木)	13:30~15:00	ふれあいコーラス ふれあいコーラス 40人
	6/16(火)	13:30~15:00	手作り体験 フェルトで紫陽花ブローチ 20人
	6/18(木)	10:00~11:30	映画会 映画「アラバマ物語」40人
	6/23(火)	10:00~11:30	手作り体験 フェルトで紫陽花ブローチ 20人
	6/23(火)	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
	6/24(水)	13:30~16:00	卓球デイ 卓球デイ 30人
	6/25(木)	13:30~14:30	出前講座 家庭で出来る食中毒のイロハ 30人
	6/29(月)	13:30~14:30	タオル体操 タオルを使ってストレッチ体操 30人
山手	6/4(木)	11:00~12:00	ロビーコンサート 大正琴コンサート 50人
	6/10(水)	10:30~11:30	表情筋ヨガ×転倒予防ヨガ 口腔ケアが出来る舌の体操とイスに座って出来るヨガ 35人
	6/18(木)	12:30~14:40	シネマ会 映画「すばらしき世界」40人
	6/26(金)	13:00~14:00	楽しい演芸ショー 手品とバルーンアート 40人
	6/29(月)	10:30~11:30	健康講座 熱中症予防対策と水の講座 40人
	6/30(火)	13:00~14:00	フラワーアレンジメント フラワーアレンジメント教室 30人
郡家	6/17(水)	午後	映画会 内容は未定 60人
	6/25(木)	13:30~15:30	個別施術体験 フットリリートメント 18人
	6/26(金)	10:30~11:30	健康セミナー ビューティー講座～きれいなお肌の作り方～ 30人
	6/27(土)	13:00~14:00	ハーモニカ演奏会 ハーモニカの伴奏による音楽会 60人
	6/29(月)	10:30~12:00	フィットネス キックボクシングフィットネス 30人
芝生	6/8(月)	13:00~14:35	映画会 映画「くらわんか！」50名
	6/12(金)	13:30~14:30	簡単椅子ヨガ 椅子を使ったやさしいヨガ 40名
	6/22(月)	13:30~15:00	ヨーグルトセミナー ヨーグルトに関する食育セミナー 40名
春日	6/29(月)	13:30~14:30	エババンド 昭和ソングを中心とした演奏会
	6/11(木)	13:00~14:30	皆カラひばり 認知症予防・回想法
	6/15(月)	10:00~11:00	癒しのひととき DAMを使って音楽映像、体をほぐす体操でリラックス
	6/16(火)	10:00~11:00	癒しのひととき DAMを使って音楽映像、体をほぐす体操でリラックス
	6/17(水)	①9時半 ②12時 ③14時	スマホ講座 ①トラブル対処の基本 ②今更聞けない基本操作 ③スマホで使う音声操作の種類と使い方 各20名
	6/18(木)	10:00~12:00	エコたわしを作ろう 就労支援センターフォルツァさんと一緒に靴下の端材で作成
	6/23(火)	10:00~12:00	エコたわしを作ろう 就労支援センターフォルツァさんと一緒に靴下の端材で作成
	6/25(木)	13:30~15:00	映画会 「帰らざる河」50名
6/30(火)	13:30~15:30	映画会 「俳優 亀岡拓次」50名	