

まつばらテラス (輝) 賑わってます！

▶問合せ 高齢介護課(☎337-3113)

まつばらテラス(輝)が1月15日にオープンしました。現在、講座として19の運動プログラム、44の文化プログラムが行われており、1月10日の受講生募集と同時に多数の申し込みをいただき、現在ほぼすべてのプログラムが満員の状態です(4月以降の受講生募集については、32ページをご覧ください)。またホールなどには南大阪の公共施設で初めて地中熱による冷暖房を導入するなど話題も豊富です。

今回の特集では、そんな賑わっているまつばらテラス(輝)の様子をご紹介します。

フィットネスルーム(2階)



フィットネスルームでは人気プログラム「ラララサーキットライト」が行われていました。運動前に体調確認カードの確認、血圧測定や心拍数のチェックなどを行い、椅子に座った軽めの体操を行っていました。

少しお時間をいただき、皆さんに感想をお聞きしました。

●普段運動することは少ないですが、この運動は無理なくできる運動で、続けることができ楽しみにしている。

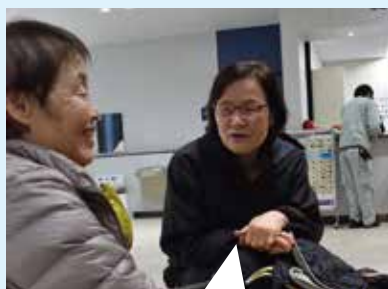
●手先を使う運動で、頭の体操にもなって良い。

●汗がじんわり出てくるくらいの運動でずっと続けるにはちょうど良い。

大好評 濡れない足湯

足湯と聞くと、お湯に足をつけるのが一般的ですが、こちらは特殊な石が入っていて濡れない仕組みになっています。

※費用無料 予約不要 1人20分間



「ラララサーキットライト」の参加後にほっこり。運動後ここで話すのも楽しみやねん。テラスに来て友達も増えたよ(笑)



冷え性の改善に良いですね。もう4～5回来てます。汗もかかないくらいの温度で、家に帰ってからも体がポカポカしています。



近くでたまたまあったので一緒に来たという2人。この前来てた人なんか毎日来てるって言ってたよ(笑) ずっと入っていたいわ～

キラキラひろば (1階)



子育て支援センター合同のイベント「ダンボールで遊ぼう！」が行われており、たくさん子どもたちが遊んでいました。



外にも小さい子ども向けの遊具もあり、寒さに負けず元気いっぱい遊んでいました！



工芸工作室 (3階)



工芸工作室では七宝焼の真っ最中！出来上がりが楽しみですですね。



陶芸室 (1階)



陶芸室では皆さんが陶芸を楽しんでいました。広々とした綺麗なスペースでいつも以上に出来も順調！



皆さんが作った作品を焼く窯もあります。

音楽室2 (2階)



音楽室2では吹奏楽の練習に使っていました。高校時代の吹奏楽部の仲間の結婚式に向けて余興の練習中で、皆さん真剣に練習されていました。



オープニングイベントを開催しました！

1月15日、まつばらテラス(輝)のオープニング式典が華々しく行われました。式典には松原市観光親善大使のflumpoolの皆さんにも来ていただきました。

また式典後に3階の多目的ホールではflumpoolが出演しているABCラジオの番組「flumpool 秘密の部屋」の公開収録が行われ、多数のファンが訪れました。

また、各運動プログラムの体験会、キラキラひろばの体験イベントやバルーンアートショー、阪南大学田上ゼミの皆さんに協力していただき、プロジェクトンマッピングなどが行われました。



平成29年度 介護予防事業「なごみの教室」受講生募集

市立老人福祉センター(平成26年度休館)で開講していた「なごみの教室」事業をまつばらテラス(輝)で行います。趣味を通じて仲間と楽しく交流を図ることで、介護予防につながる良い機会です。

- 受講期間 4月～平成30年3月(各教室とも1年間)
- ところ まつばらテラス(輝)
- 受講資格 市内在住の65歳以上(第1号被保険者)で1年間通して受講できる人・教室参加にあたって介助を必要としない人
- 費用 教材費・材料費は自己負担
- 申込み 3月17日(金)必着で、官製はがきに住所・氏名・生年月日・電話番号・受講希望講座名(1講座のみ)を明記し、高齢介護課「なごみの教室」(〒580-8501 松原市阿保1-1-1)へ。
- 抽選日時 3月28日(火) 午前10時より(講座ごとに順次抽選)まつばらテラス(輝)3階多目的ホール ◎陶芸 午前10時～ ◎水墨画 午前10時15分～ ◎七宝焼 午前10時30分～ ◎園芸 午前11時～ ◎カラオケ 午前11時30分～ ※本人もしくは代理人が抽選に来てください。
- 開講式を4月12日(水) 午後1時に予定しています。

講座名	講座日	定員	内容
陶芸	第2、第4木曜日 午前9時～午後3時 ※その他、窯当番もあります	12人	陶芸の技法と鑑賞の仕方を学ぶ
七宝焼	第1、第3月曜日 午後	15人	ブローチなどの装飾品づくり
園芸	第3火曜日 午後	20人	草花、野菜づくりの知識を学ぶ
水墨画	第2、第4木曜日 午後	12人	水墨画の基本技法と美の感触を学ぶ
カラオケ	第2、第4金曜日 午後	25人	楽しくカラオケの基礎から学ぶ

遊びのスペースをご利用ください

3階遊びのスペースは、月・木は囲碁将棋、火・金はバンパープール※の日として60歳以上の一般の市民の皆さんに利用いただけます(いずれの曜日とも午後1時～5時30分)。事前予約は必要ありません。毎来館時に1階の総合受付にて受付を済ませてください。※市の事業などで使用できない場合がありますので、ご了承ください。

※バンパープールとは… ビリヤードよりも小さいテーブルで、5つの持ち玉を相手側にあるホールに、相手よりも先に入れるかを競うゲームです。

flumpool 監修の音楽室



音楽室2は別名「flumpool監修の音楽室」で入り口にはflumpoolのメンバーの直筆サインが！音楽室は2つあり、1にはピアノ、2にはドラムセットが備え付けであり、受付時に申請すれば使用できます。

- 音楽室1 利用想定人数50人 2時間2,000円・3時間3,000円
- 音楽室2 利用想定人数5人 2時間800円・3時間1,200円 (利用時間は時間帯により異なります)