今和7年(2025年) 11日 ナギの木茆 カレンダー

म क			1113 1	40//1/7 <u>C</u>		•
日	月	火	水	木	金	十 十
☆申込み不要です。	ついて】 が必要となります。 。13:40~14:300 。9:00~16:30ま		大広間でテレビ	ご鑑賞	**	★ 舞踊等の日
2	3	4	5	## 6	7	8
	文化の日 休館日	振替休館日 休館日	☆ココフルの骨盤体操 趣味の部屋	☆みんなの健活	☆やさしいヨガ 介護相談	☆おもしろ脳トレ ●社交ダンス
9	> 10	11	12	13	14	15
	休館日	☆レッツふれあい体操 ●俳句●書道	☆やわらかあたま塾 ●太極拳	☆シルバー運動教室	☆健康講座 ●絵手紙	☆メンズ体幹 ☆楽しいひきがたり
16	X	18	19	#6 20	21	22
16	休館日	安全点検日 休館日	☆もりもりトレーニング 趣味の部屋	☆カラオケの日 ●グラウンドゴルフ大会	☆ソフトダーツ	☆ものづくり ☆メンズのヨガ
23	24	25	26	27	28	29
勤労感謝の日 休館日	休館日	☆えっちゃんたえちゃん ●書道	●リズムで介護予防●太極拳	☆3B体操	☆アロハDEフラ ●社交ダンス	☆シニア世代の お口の健康講座
30		vら <mark>「利用者登</mark> は、必ず利用者			ハいたします。	

グラウンドゴルフ大会

申込制

リズムで介護予防

開催日

20日(木) 9:30~定員24名

(1日~受付開始 予備日:11/27)

開催日

26日(水) 13:30~定員30名

(11/4より市高齢課981-0115にて受付開始)

おもしろ脳トレ

あたまの体操、からだの体操を

楽しみましょう

教室案内

書道教室・・・・第2・4火曜日 10:30~

絵手紙・・・・・第2金曜日 11:00~

13:30~

社交ダンス・・・第2土曜日 10:00~

> 第4金曜日 10:00~

俳句教室・・・・第1火曜日 11:00~

太極拳・・・・・第2・4水曜日 11:00~

※ 都合により開催日が変更となる場合があります。

29日 シニア世代のお口の健康講座

自分のお口でおいしく食べるために

荒木歯科医院 院長



22日 ものづくり

毛糸でサンタさん



介護相談 第1金曜日13:00~ 第1.3水曜日10:00~

趣味の部屋

春日市老人福祉センター ナギの木苑 春日市星見ヶ丘1丁目7-1 電話番号 092-595-0513

ナギの木苑で、健康づくり教室や趣味の教室に参加して、元気はつらつ! 健康寿命をのばそう!

【主な健康づくり・各種講座事業】

ヨガ・3B体操・シルバー運動・フラダンス・健康づくり 講話・健康トレーニング・ソフトダーツ・やわらかあた ま塾・骨盤底筋体操・体幹トレーニング・男性専用トレ ーニング・音楽鑑賞会・交通安全教室・防災・防犯講 座・など

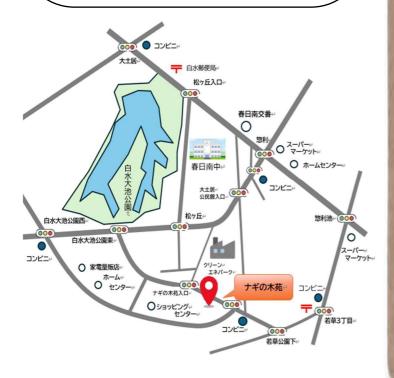
【主な趣味教室】

書道、絵手紙、俳句、社交ダンス、太極拳

【その他】

囲碁・将棋・趣味の部屋 同好会活動など





ナギの木苑は、高齢者はもとより、誰もが利用できる施設です。大きなお風呂でゆったりとリラックス!体操教室や講座、趣味教室等に参加して健康づくりをしませんか! 幅広い年代の方がお越しになって楽しまれています。

~開館時間~

火曜日~日曜日 施 設 9時~17時 浴 場 10時~16時30分

~休館日~

毎週月曜日及び毎月第3火曜日 国民の祝日(国民の祝日が月曜日に あたるときはその翌日) 年末年始(12/28~1/4)

> ~利用料金~ お得な回数券あります

市内居住者

6 O歳以上・・・ 100 円障がい者・・・ 100 円小学生・・・ 100 円

中学生~59歳・・・ 200円 市外居住者・・・ 300円 貸室 15分・・・ 100円

(最大2時間まで利用できます)

- ※幼児(就学前)の施設利用料は無料
- ※マッサージ器など別途料金がかかるものが あります。
- ◆シャンプー・石鹸の備え付けはありません。
- ◆初めて利用の方は、利用者登録が必要です。
- ●春日市コミュニティバスやよい 星見ヶ丘線 ナギの木苑前下車
- ●無料駐車場完備しています。

春日市老人福祉センター ナギの木苑 春日市星見ヶ丘1丁目7-1 電話番号 595-0513 FAX 595-6800 , のぼり旗が 目印です。

