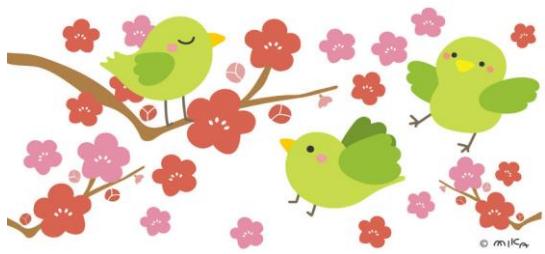


2026年 2月 木幡北山はつらつ館予定表



梅の花の花言葉・・・「忠実」「忍耐」「高潔」

梅の花を読んだ和歌

「東風吹かば にほいおこせよ 梅の花 主なしとて 春な忘れそ」

菅原道真が大宰府へ左遷される際、都の梅の木に詠んだ和歌

梅の木が一夜で飛んで大宰府に根付いたという逸話

これが「忠実」の花言葉の由来

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------------------------|--|---|---|--------------------------|---------------------------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 休館 | 10:00~12:00 はつらつ健康講座 (脳トレ、卓球バレー) | 10:00~12:00 詩舞 | 10:00~12:00 ハワイアンダンス グラウンドゴルフ(屋外) | 10:00~12:00 カラオケではつらつ | 10:00~12:00 はつらつダンス | 10:00~12:00 詩舞 |
| | 13:30~16:00 卓球 ハーモニカ(初級) | 13:30~16:00 手芸 | 13:30~15:30 ハーモニー奏 | 13:30~15:30 ハーモニー響 | 13:30~16:00 卓球(初級) | 13:30~16:00 多世代交流 バレンタインお菓子&カード作り |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 10:00~12:00 はつらつ健康講座 (ぼっちゃん) | 10:00~12:00 詩舞 | 休館 | 10:00~12:00 絵手紙 | 10:00~12:00 はつらつダンス | 11:00~13:00 ひまわりカフェ | |
| 休館 | 13:30~16:00 卓球 | 13:30~16:00 手芸 | 建国記念の日 | 14:00~16:00 手話 | 13:30~16:00 卓球(初級) カラオケ教室 | 14:30~16:00 イベント 背骨コンディショニング体操 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 10:00~12:00 はつらつ健康講座 (村上先生) | 10:00~12:00 詩舞 | 10:00~12:00 ハワイアンダンス グラウンドゴルフ(屋外) | 10:00~12:00 カラオケではつらつ | 10:00~12:00 はつらつダンス | 10:00~12:00 詩舞 | |
| 13:30~16:00 卓球 ハーモニカ(初級) | 13:30~16:00 手芸 | 13:30~15:30 ハーモニー奏 | 13:30~15:30 ハーモニー響 | 13:30~16:00 卓球(初級) | 13:30~16:00 多世代交流 足裏マッサージ | |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 休館 | | 10:00~12:00 休館 | 10:00~12:00 詩舞 | 10:00~12:00 かんたん料理 | 10:00~12:00 絵手紙 | 10:00~12:00 はつらつダンス |
| | 天皇誕生日 | 13:30~16:00 手芸 | 13:30~15:30 卓球 | 14:00~16:00 手話 | 13:30~16:00 卓球(初級) カラオケ教室 | 13:30~16:00 詩舞 たのしい英会話 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

木 木幡北山はつらつ館とは

幡 高齢者相互のふれ合いと地域の子供との交流を目的にした施設で、毎月さまざま
北 な行事や講座を開催しています。みなさまお気軽にご利用ください。

山 利用できる方 矢板市内に住所を有する、おおむね65歳以上の方
は 利用料金 1日 100円

つ 注意事項

- 各講座定員に達した場合、お断りする場合あります。
- 怪我のないようシューズ等、かかとのある履物のご用意をお願いいたします。

楽しい企画
みなさんも提案して
くださいね!



《指定管理者》労働者協同組合労協センター事業団 矢板地域福祉事業所
住所 〒329-2142 矢板市木幡2584-2 (高塩菓子店の西側)

TEL 0287-43-6771

