

2026年 4月 木幡北山はつらつ館予定表

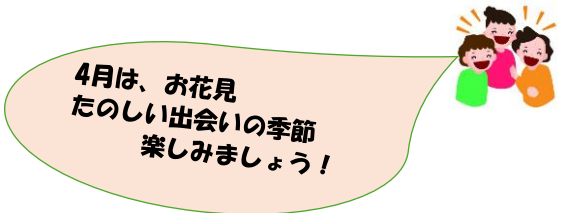
日	月	火	水	木	金	土	
			1 10:00~12:00 ハワイアンダンス グラウンドゴルフ(屋外)	2 10:00~12:00 カラオケではつらつ	3 10:00~12:00 はつらつダンス	4 10:00~12:00 詩 舞	
			13:30~15:30 ハーモニー奏	13:30~15:30 ハーモニー響	13:30~16:00 卓 球 (初級)	13:30~16:00 多世代交流 足裏マッサージ	
5		6	7	8	9	10	11
休館		10:00~12:00 はつらつ健康講座 (脳トレ、卓球パレー)	10:00~12:00 詩 舞	10:00~12:00 地域交流会	10:00~12:00 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
	13:30~16:00 卓球 ハーモニー和 (なごみ)	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	14:30~16:00 イベント 背骨コン ディショニング体操	
12	13	14	15	16	17	18	
休館	10:00~12:00 はつらつ健康講座 (ぼっちゃ)	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	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	
19	20	21	22	23	24	25	
休館	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 かんたん料理	10:00~12:00 絵手紙	10:00~12:00 はつらつダンス	10:00~12:00 詩 舞 たのしい英会話	
	13:30~16:00 卓球 ハーモニー和 (なごみ)	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 多世代交流 足裏マッサージ	
26	27	28	29	30			
休館	10:00~12:00 はつらつ健康講座 (ぼっちゃ)	10:00~12:00 詩 舞	休館日	10:00~12:00 お花見会 (長峰公園)			
	13:30~16:00 卓 球	13:30~16:00 手 芸	昭和の日	14:00~15:30 利用者懇談会			

木幡北山はつらつ館とは
 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。

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

利用料金
 1日 100円

注意事項
 ・各講座定員に達した場合、お断りする場合があります。
 ・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。



《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

