

2026年 5月 木幡北山はつらつ館予定表

日	月	火	水	木	金	土	
					1	2	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px auto;"> 長峰公園ライトアップ 3月19日(木)～5月10日(日) 点灯時間 18:00～21:00 </div>				10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	
				カラオケではつらつ	はつらつダンス	はつらつダンス	詩舞
				13:30～15:30	13:30～16:00	13:30～16:00	13:30～16:00
				ハーモニー響	卓球(初級)	卓球(初級)	多世代交流 足裏マッサージ
3	4	5	6	7	8	9	
休館	休館日	休館日	休館日	10:00～12:00	10:00～12:00	11:00～13:00	
	みどりの日	こどもの日	振替休日	13:30～15:30	はつらつダンス	ひまわりカフェ	
憲法記念日				13:30～16:00	13:30～16:00	14:30～16:00	
				ハーモニー響	卓球(初級) カラオケ教室	イベント 背骨コン ディショニング体操	
10	11	12	13	14	15	16	
休館	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	
	はつらつ健康講座 (ぼっちゃ)	詩舞	はつらつ運動会	絵手紙	はつらつダンス	詩舞	
	13:30～16:00	13:30～16:00	12:00～14:00	14:00～16:00	13:30～16:00	13:30～16:00	
	卓球	手芸	はつらつ交流会	手話	卓球(初級)	多世代交流 足裏マッサージ	
17	18	19	20	21	22	23	
休館	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	
	はつらつ健康講座 (村上先生)	詩舞	ハワイアンダンス グラウンドゴルフ(屋外)	カラオケではつらつ	はつらつダンス	詩舞 たのしい英会話	
	13:30～16:00	13:30～16:00	13:30～15:30	13:30～15:30	13:30～16:00	13:30～16:00	
	卓球 ハーモニカ和(なごみ)	手芸	ハーモニー奏	ハーモニー響	卓球(初級) カラオケ教室	多世代交流 足裏マッサージ	
24	25	26	27	28	29	30	
休館	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	10:00～12:00	
	はつらつ健康講座 (ふまねっと)	詩舞	かんたん料理	絵手紙	はつらつダンス	詩舞	
	13:30～16:00	13:30～16:00	13:30～15:30	14:00～16:00	13:30～16:00	13:30～16:00	
	卓球	手芸	卓球	手話	卓球(初級)	多世代交流 足裏マッサージ	
31							
休館	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 利用料金 矢板市内に住所を有する、おおむね6.5歳以上の方 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。						

5月13日(水) はつらつ運動会

はつらつ館利用者ならどなたでも参加
できます。
身体を動かし、楽しみましょう!!



≪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

