

# 2026年 6月 木幡北山はつらつ館予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	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 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 (足裏マッサージ)
	13:30~16:00 卓球 ハーモニカ和(なごみ)	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) ハーモニカ(初級)	14:30~16:00 イベント 背骨コンディショニング体操
7	8	9	10	11	12	13
休 館	10:00~12:00 はつらつ健康講座 (ぼっちゃん)	10:00~12:00 詩 舞	10:00~12:00 交通安全講話	10:00~12:00 絵手紙	10:00~12:00 はつらつダンス	11:30~14:00 ひまわりカフェ
	13:30~16:00 卓球	13:30~16:00 手 芸	13:30~16:00 卓球	14:00~16:00 手話	13:30~16:00 卓球(初級) ハーモニカ(初級) カラオケ教室	14:00~15:30 コーヒータイム
	14	15	16	17	18	19
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 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 ハーモニカ和(なごみ)	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) ハーモニカ(初級)	13:30~16:00 多世代交流 足裏マッサージ
	21	22	23	24	25	26
休 館	10:00~12:00 はつらつ健康講座 (ぼっちゃん)	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	13:30~16:00 手 芸	13:30~16:00 卓球	14:00~16:00 手話	13:30~16:00 卓球(初級) ハーモニカ(初級) カラオケ教室	13:30~16:00 多世代交流 足裏マッサージ
	28	29	30			
休 館	10:00~12:00	10:00~12:00 詩 舞				
	13:30~16:00 卓球	13:30~16:00 手 芸				

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65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。



《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

