2026年　12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
		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 多世代交流 足裏マッサージ
		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） 13:30～15:30 ハーモニカ（初	13:30～16:00 多世代交流 14:30～16:00 背骨コンディショニング体操
6	7	8	9	10	11	12
休館	10:00～12:00 はつらつ健康講座 （脳トレ、卓球バレー） 13:30～16:00 卓球 13:30～15:3 0 ハーモニー和	10:00～12:00 詩　舞 13:30～16:00 手　芸	10:00～12:00 地域交流会 （演芸発表会実行委員会） 13:30～16:00 卓　球	10:00～12:00 絵手紙 14:00～16:00 手　話	10:00～12:00 はつらつダンス 13:30～16:00 卓球 （初級） 13:30～15:00	11：30～14：00 ひまわりカフェ 14：00～15：00 コーヒータイム
13	14	15	16	17	18	19
休館	10:00～12:00 はつらつ健康講座 （ぼっちゃ） 13:30～16:00 卓球	10:00～12:00 詩　舞 13:30～16:00 手　芸	10:00～12:00 ハワイアンダンス グラウンドゴルフ(屋外) 13:30～15:30 ハーモニー奏	10:00～12:00 カラオケではつらつ 13:30～15:30 ハーモニー響	10:00～12:00 はつらつダンス 13:30～16:00 卓球（初級） 13:30～15:30 ハーモニカ（初	10:00～12:00 多世代交流 足裏マッサージ 13:30～16:00 多世代交流
20	21	22	23	24	25	26
休館	10:00～12:00 はつらつ健康講座 （村上先生） 13:30～16:00 卓球 13:30～15:3 0 ハーモニー和	10:00～12:00 詩　舞 13:30～16:00 手　芸	10:00～12:00 かんたん料理 13:30～16:00 卓　球	10:00～12:00 絵手紙 14：00～16：00 手話	10:00～12:00 はつらつダンス 13:30～16:00 卓球（初級） 13:30～15:30 ハーモニカ（初級）	10:00～12:00 多世代交流 たのしい英会話 13:30～16:00 多世代交流
27	28	29	30	31		
休館	大掃除	休館日	休館日	休館日		



木幡北山はつらつ館

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　木幡北山はつらつ館

住所　〒329-2142　矢板市木幡2584-2

TEL:0287-43-6771