



こどもからお年寄りまで

北部苑だより



砺波市林1202番地

電話33-6633

福祉センター北部苑

検索

Eメールアドレス hokubuen@tonami-shakyo.or.jp

ご利用時間 午前8時30分～午後5時(お風呂は午後4時まで)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 みんなの歌の日 健康マージャン講座 健康マージャンの日 フラワーアレンジメント講座	4 休館日	5 いっぷく体操 歌謡講座	6 いきいき百歳体操	7 お楽しみ会 囲碁・将棋の日
8 健康マージャンの日	9	10 みんなの歌の日 健康マージャン講座 健康マージャンの日	11 休館日	12 お楽しみ会 いっぷく体操	13 笑いヨガ講座① いきいき百歳体操	14 夏・冬野菜講座 囲碁・将棋の日 おたのしみ鑑賞会 おたのしみ風呂 (ペパーミント)
15 休館日	16 お楽しみ会 脳トレ学級	17 休館日	18 休館日	19 北部苑DEあそぼう ～ベビー～ いっぷく体操 歌謡講座	20 いきいき百歳体操	21 遊書とパステルアート講座 囲碁・将棋の日 おたのしみ鑑賞会
22 みんなの歌の日 健康マージャンの日	23 休館日	24 休館日	25 休館日	26 いっぷく体操 ほっとなみカフェ	27 お楽しみ会 笑いヨガ講座② ふれあい市	28 オシャレ水引講座 囲碁・将棋の日 おたのしみ鑑賞会
29	30 お楽しみ会	 				

お楽しみ会 午後1時30分～

7日(土) いいとも一座

12日(木) 貫松輝会

16日(月・祝) 水田たけし&仲間たち
敬老の日スペシャル

27日(金) すずらんの会

30日(月) 劇団つくし

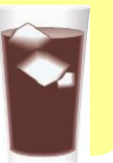


9月のお知らせ

お風呂上りにアイスコーヒーはいかがですか?

1杯100円!

販売は9月末まで! 在庫がなくなり次第終了します。

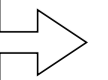


注意

祝日の翌日が休館日のため連休が続きます。
ご注意ください

このカレンダーは北部地区の公民館にもあります

◆裏面もご覧ください!



9月のお楽しみ会



いいとも一座

7日(土) 午後1時30分～
午後2時30分予定

舞踊 太鼓 笛

伏木曳山まつりの太鼓や笛と、一座のみなさんの舞踊をお楽しみください



貫松権会

12日(木) 午後1時30分～
午後2時30分予定

三味線 歌謡

迫力ある津軽三味線は見ごたえあり！民謡もお楽しみください



水田たけし&仲間たち

16日(月・祝) 午後1時30分～
午後3時予定

歌謡 舞踊

水田たけしと仲間たちによる歌謡と舞踊をお楽しみください

敬老の日スペシャル

プロ「仲間」登場!! お楽しみに



すずらんの会

27日(金) 午後1時30分～
午後2時30分予定

舞踊 三味線 歌謡

舞踊を中心に歌あり、三味線あり多彩な演目をお楽しみください

「敬老の日」は北部苑へ

9月16日(月・祝)は敬老の日です。北部苑では、水田たけし&仲間たちによるスペシャルステージで「敬老の日」をお祝します

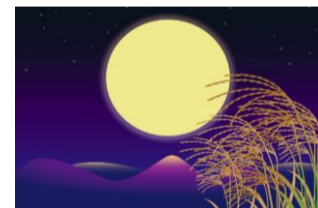


ちょっと豆知識

2024年の中秋の名月は9月17日(火)です

太陰太陽暦の8月15日の夜に見える月のことを「中秋の名月」といいます

晴れていれば、1年の中で一番美しいお月様を見る事ができます。今年は土星も一緒に見えるそうですよ。たまにはゆったいと月を眺めてみてね！



注目

健康の秋です

★「いっぶく体操」で健康維持とリフレッシュ
久湊先生と一緒に楽しく体操しましょう
毎週木曜日 午前10時～ ロビー



★「かみかみ&いきいき百歳体操」で口腔ケアと筋力アップ！
北部苑の百歳体操は、カミカミ体操もプラスした特別版😊
DVDを見ながら、楽しく体操しましょう
毎週金曜日または木曜日 午後1時30分～ ロビー



女性浴室に、ベビーバスとバスチェアを設置しました。お子様とのバスタイムにお使いください



北部苑DEあそぼう～ベビー～②

ベビーケア&ベビーフォト&ゆったいティータイム
9月19日(木)午前10時～12時 和室



ママさんたちの情報交換にもオススメ

参加人数 限定10組
参加費 1,500円
持ち物 バスタオル、水分(赤ちゃんとママの分)、スマートフォン、いつものお出かけグッズ(オムツや着替えなど)

申込締切 9月12日(木)

＜スケジュール＞
10:00～ ベビーケア
11:00～ ベビーフォトレクチャー
11:15～ ゆったいティータイム & 情報交換会

ベビーケア中、あなたのスマホでカメラマンがお子様を撮ってくれますよ



ご家族みなで北部苑へどうぞ。お待ちしております。