

令和元年(2019年)9月 ナギの木苑 カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
1 ☆ナギの元気体操	2 休館日	3 パン販売 心配ごと相談☆医療講演会(しなやかな血管をつくりましょう)	4 ●はつらつボラ講座◎ ★カラオケの日	5 野菜 ☆やさしいヨガ	6 ☆ものづくり教室 ●社交ダンス	7 ☆演芸 すずめの会 ●民謡教室
8 ★舞踊等の日	9 休館日	10 パン販売 ☆LET'sふれあい体操 ●絵手紙教室	11 ☆アロマDE フラダンス	12 ☆シルバー運動教室 ●川柳教室	13 ☆折り紙の日 ●社交ダンス	14 ☆転ばぬ先の カラダづくり
15 ★カラオケの日	16 開館しています ★ステージの日	17 休館日 安全点検日	18 ☆ソフトダーツ	19 野菜 ☆魂歌SHOZO	20 パン販売 バス運休 ☆えっちゃんたえちゃん ●社交ダンス	21 ●民謡教室 ☆教室発表会
22 ☆自力整体	23 休館日 祝日 秋分の日	24 振替休館日	25 ☆もりもり健康 トレーニング	26 ☆3B体操 ●川柳教室	27 パン販売 ☆脳トレDE認知予防 ●社交ダンス	28 ☆防災講座 災害について考えよう
29 ☆お楽しみ演芸鑑賞	30 休館日	9月21日～30日まで 秋の交通安全県民運動 が実施されます。 安全運転、歩行時の事故防止に努めましょう。				

9月1日は 防災の日

防災の日にちなんで・
防災講座を開催します。

28日(土)

13:40～

防災・災害について
一緒に考えましょう!

講師 かすがボランティア
センター



祝 16日(月) 敬老の日
開館しています。
開館時間 9時から19時
(浴場) 10時から18時30分

もりもり健康トレーニング
25日(水) 13:40～
「転倒しない体幹体操」
講師 理学療法士 森永 幸恵 さん

6日(金) **ものづくり教室**
13時40分～
はつらつボランティアさんと
一緒に、エチケット袋を作ります。
ご参加お待ちしております。

今月のライブ

魂歌SHOZO
5日(木) 11時30分
19日(木) 13時40分
えっちゃんたえちゃん
20日(金) 13時40分



カレンダー印について
●は事前に申込みが必要となります。
☆申込み不要です。13:40～14:30の事業や行事です。
★申込み不要です。9:00～16:30までとなっています。

ひとりで悩まず・相談してみませんか
司法書士・心配ごと相談員 ●秘密は厳守します●
法律、相続や遺言、ちょっとした悩みお気軽にご相談下さい。
3日(火) 13:00～15:00 ○予約不要・無料

※悪天候などにより、ナギの木苑の開館時間の変更や臨時休館、行事・教室が中止になることがあります。また、ナギの木苑では、無料の送迎バスを運行(火曜～土曜)しています。※日曜日の運行はありません。停まる場所や時間など、ご不明な点はナギの木苑までお問い合わせ下さい。(電話番号 595-0513)

ナギの木苑で 健康・仲間・生きがいづくり

～介護予防講座・各種教室・カラオケなど～
楽しもう！！ナギの木苑で・笑顔に！

肉体改造！転ばぬ先のカラダづくり
理学療法士によるロコモ予防のストレッチ体操！

3B体操
日本3B体操協会指導士による筋肉をほぐしながらのバランスのよいカラダづくり教室です。

Let's ふれあい体操
音楽に合わせて、カラダを動かしたり、ボランティアさんと一緒に和やかに軽体操教室です。

アロマDEフラダンス
アロマの香りが漂うなかでのやさしいフラダンスでのカラダづくり教室です。

その他、健康に役立つ健康・医療の講演会やカラオケや趣味の発表会、介護予防の軽体操運動を行っています。ご来苑をお待ちしています。

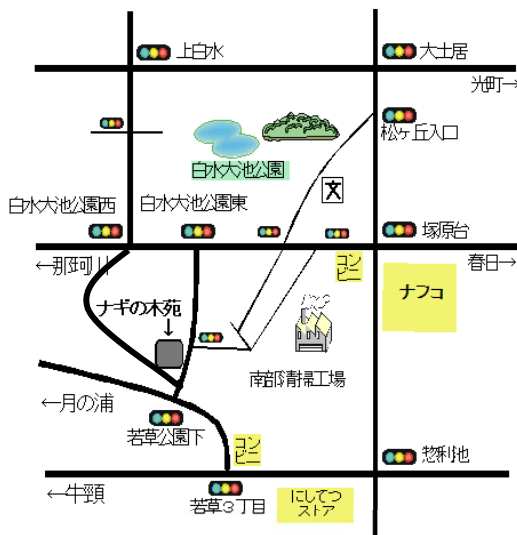
16日(月)
敬老の日は開館
しています。



のぼり旗が
目印です。



ナギの木苑は高齢者はもとより、誰もが利用できる施設です。大きなお風呂でゆったりとリラックス、カラオケや様々な体操や講座、絵手紙、社交ダンス教室等に参加して健康づくりや仲間づくりなど、様々な年代の方がお越しになって楽しまれています。



～開館時間～

火曜日～金曜日
施設 9時～17時
浴場 10時～16時30分
土曜日・日曜日
施設 9時～19時
浴場 10時～18時30分

～休館日～

毎週月曜日及び毎月第3火曜日
国民の祝日(国民の祝日が月曜日にあたるときはその翌日)

～利用料金～

市内居住者
60歳以上
障がい者 小学生… 100円
60歳未満 … 200円
市外居住者 … 300円
健康器具 1回100円・カラオケ 1曲100円
お得な回数券もあります。
乳児(就学前)の施設利用料は無料

お気軽にお問合せ下さい。

交通手段

- 春日市コミュニティバスやよい 星見ヶ丘線 ナギの木苑前下車
- ナギの木苑無料送迎バス運行 (火曜～土曜) 詳しくは、
- 駐車場完備しています。

春日市老人福祉センター ナギの木苑
春日市星見ヶ丘1丁目7-1
電話・ファックス 595-0513