

令和8年(2026年)3月 ナギの木苑 カレンダー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|---|----------------------|-------------------------------|--|---|--------------------------------|--|--|
| 1  | 2 休館日 | 3 ☆折り紙の日 | 4 ☆ココフルの骨盤体操 ①趣味の部屋 |  5 ☆みんなの健活 | 6 ☆やさしいヨガ ♥介護相談 | 7 ★舞踊等の日 | |
| 8  | 9 休館日 | 10 ☆レッツふれあい ●俳句●書道 | 11 ☆やわらかあたま塾 ●太極拳 | 12 ☆シルバー運動教室 | 13 ☆カラオケの日 ☆心配ごと相談●絵手紙教室 | 14 ☆メンズ体幹 ●社交ダンス | |
| 15  | 16 休館日 | 17 安全点検日 休館日 | 18 ☆もりもりトレーニング ①趣味の部屋 |  19 ☆アロハDEフラダンス | 20 春分の日 休館日 | 21 ☆ローズマリー 生演奏会 | |
| 22  | 23 休館日 | 24 ☆えっちゃんたえちゃん ●書道 | 25 ☆お口の健康教室 ●太極拳 | 26 ☆3B体操 | 27 ☆健康講座 ●社交ダンス | 28 ☆メンズのヨガ | |
| 29  | 30 休館日 | 31 ☆ソフトダーツ | 【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。10:00~15:30までとなっています。 | | |  大広間でテレビ鑑賞 | |

「利用者登録制度」

入苑時には、必ず利用者登録カードの提示をお願いいたします。



イベント

6日(金)
やさしいヨガ
手ぶらでヨガ
呼吸とストレッチを学
びましょう

11日(水)
やわらかあたま塾
脳を学んで、楽しく
体を動かしましょう

13日(金)
心配ごと相談
心配なこと、相談して
みませんか

21日(土)
ローズマリー
ギターやピアノ/生演奏、
心の癒し体験しませんか

27日(金)
健康講座
身近に潜む怖い怪我
について学びます

ナギの木苑で、健康づくり教室や
 趣味の教室に参加して、元気はつらつ！
健康寿命をのぼそう！

【主な健康づくり・各種講座事業】

ヨガ・3B体操・シルバー運動・フラダンス・健康づくり
 講話・健康トレーニング・ソフトダーツ・やわらかあたま塾・骨盤底筋体操・体幹トレーニング・男性専用トレーニング・音楽鑑賞会・交通安全教室・防災・防犯講座・など

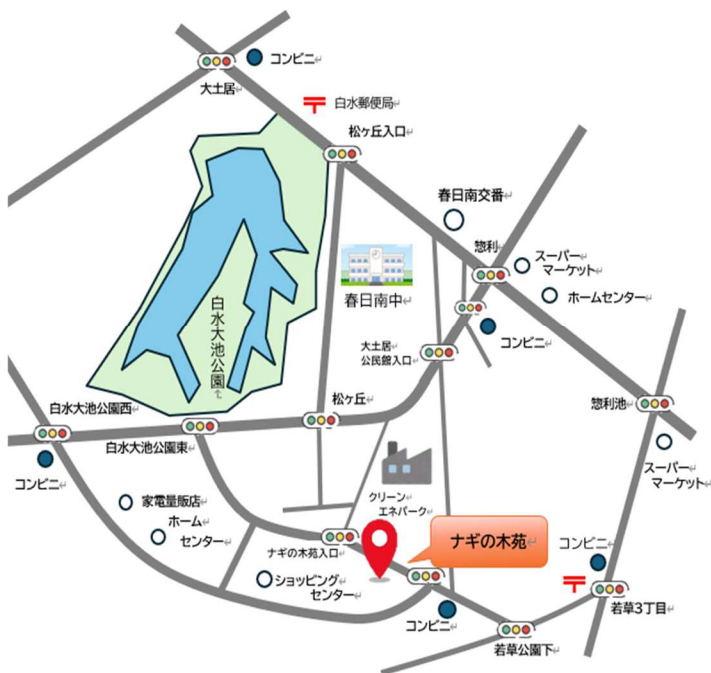
【主な趣味教室】

書道、絵手紙、俳句、社交ダンス、太極拳

【その他】

囲碁・将棋・趣味の部屋

同好会活動など



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！体操教室や講座、趣味教室等に参加して健康づくりをしませんか！幅広い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～日曜日
 施設 9時～17時
 浴場 10時～16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）
 年末年始（12/28～1/4）

～利用料金～

お得な回数券あります

| | | |
|---------|-----|----------|
| 市内居住者 | | |
| 60歳以上 | ・・・ | 100円 |
| 障がい者 | ・・・ | 100円 |
| 小学生 | ・・・ | 100円 |
| 中学生～59歳 | ・・・ | 200円 |
| 市外居住者 | ・・・ | 300円 |
| 貸室 | 15分 | ・・・ 100円 |

（最大2時間まで利用できます）

※幼児（就学前）の施設利用料は無料
 ※マッサージ器など別途料金がかかるものがあります。

- ◆シャンプー・石鹸の備え付けはありません。
- ◆初めて利用の方は、利用者登録が必要です。

- 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
- 無料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

電話番号 595-0513 FAX 595-6800

のぼり旗が
目印です。

ゆ
ナギの木苑

健康体操で元気はつらつ！

市内60歳以上
入場料100円