

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
お薬の正しい使い方
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

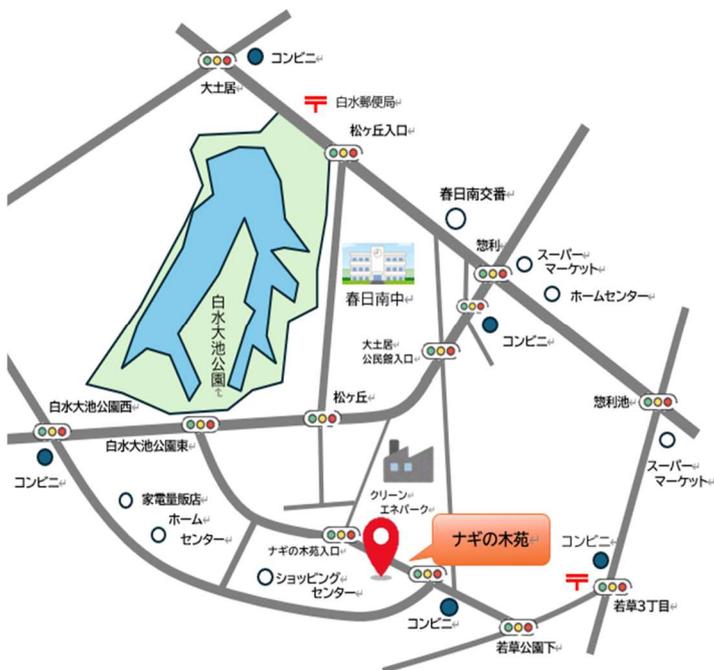
【主な趣味教室】

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時はその翌日）
 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。

健康体操で元気はつらつ！
ナギの木苑
 市内60歳以上から
 入場料100円