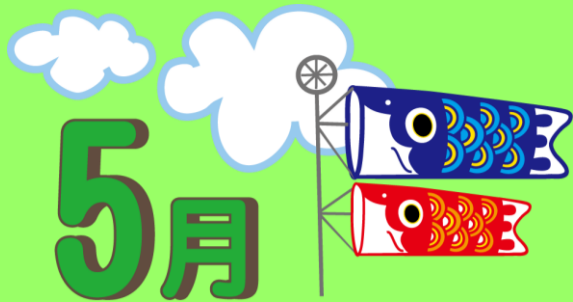


こどもからお年寄りまで

ホームページが
新しくなりました！



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

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
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！			1 休館日	2 いっぷく体操 歌謡講座 いきいき百歳体操	3 お楽しみ会	4 休館日
5 休館日	6 休館日	7 休館日	8 休館日	9 お楽しみ会 いっぷく体操	10 笑いヨガ講座① いきいき百歳体操	11 砺波市盆草協会 盆草展 囲碁・将棋の日 おたのしみ鑑賞会 おたのしみ風呂 健康マージャンの日A 夏・冬野菜講座 遊書とパステルアート講座
12 砺波市盆草協会 盆草展 お楽しみ会	13	14 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B	15 休館日	16 NEW 北部苑DEあそぼう ～ベビー～ いっぷく体操 歌謡講座 いきいき百歳体操	17 お楽しみ会	18 夏・冬野菜講座 オシャレ水引講座 囲碁・将棋の日 おたのしみ鑑賞会
19 休館日	20 お楽しみ会 脳トレ学級 ふれあい市	21 みんなの歌の日	22 休館日	23 いっぷく体操 フラワーアレンジB講座	24 笑いヨガ講座② いきいき百歳体操	25 囲碁・将棋の日 おたのしみ鑑賞会
26 健康マージャンの日A	27 お楽しみ会	28 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B	29 休館日	30 いっぷく体操	31 いきいき百歳体操	◆裏面もご覧 ください！

お楽しみ会 午後1時30分～

- 3日(金・祝) 新蔵富美男一座&鼓都の会
- 9日(木) 劇団 ゆうしん
- 12日(日) 風香の会
- 17日(金) 立山相甚会
- 20日(月) ザ・あんぽんたん
- 27日(月) 鳳泉会



＜お知らせ＞

NEW

北部苑DEあそぼう～ベビー～

ママ、パパと赤ちゃんのための新企画！
5月16日(木) 午前10時～12時まで



毎年恒例

砺波市盆草協会 盆草展

会員の皆さんの丹精込めた力作をご覧ください！
5月11日(土) 午後1時～午後4時
12日(日) 午前9時～午後3時まで



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

5月のお楽しみ会



新蔵富美男一座&鼓都の会
3日(金・祝) 午後1時半～
 午後2時半予定

舞踊
 歌謡や演歌に合わせて踊る、新舞踊をお楽しみください



劇団 ゆうしん
9日(木) 午後1時半～
 午後2時半予定

歌謡 舞踊
 おなじみのゆうじ座長と一座の皆さんの歌と踊りをお楽しみください



風香の会
12日(日) 午後1時半～
 午後2時半予定

舞踊
 日本各地の民謡に合わせて踊る民踊をお楽しみください



立山相甚会
17日(金) 午後1時半～
 午後2時半予定

相撲甚句 南京玉すだれ 歌謡
 楽しい相撲甚句をお楽しみください。



ザ・あんぽんたん
20日(月) 午後1時半～
 午後2時半予定

歌謡 舞踊
 毎回大人気！
 芸達者な皆さんの歌と踊りをご堪能ください



鳳泉会
27日(月) 午後1時半～
 午後2時半予定

舞踊
 1年ぶりの公演です！歌謡や演歌に合わせて踊る、新舞踊をお楽しみください

知っク情報！

NEW!

北部苑DEあそぼう～ベビー～

5月16日(木) 午前10時～12時

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 5月9日(木)

スケジュール
 10:00～ ベビーケア
 11:00～ ベビーフォトの撮り方レクチャー
 11:15～ ゆったりティータイム



いきいき&かみかみ百歳体操

かみかみ体操は、食べる力や飲み込む力をつけるための体操で椅子に座って口の周りや舌を動かします。唾液が出ると、食べることや飲み込むことが楽になるほか、口や喉の周りに力がつくので、食べこぼしや、おせることが改善されます。参加の申し込みは不要です。

日時: 基本金曜日または木曜日

5月2日、10日、16日、24日、31日
 午後1時30分～

会場: ロビー



北部苑DEあそぼう～キッズ②～

来月予告

6月15日(土) 午前9時～11時半

未就園児・園児・小学校低学年児におすすめ
先着 20組
おやつ代 100円(こども一人につき)

内容: ・大きな絵本のおはなし
 ・夏の花の植え込み

申込締切 6月8日(土)



《砺波市にお住いの75歳以上の方へ》
 北部苑での砺波市高齢者入浴施設等利用券のお引き替えは6月末までです。
 必ず引き替えハガキをご持参ください。

ご家族みんなで北部苑へどうぞ。お待ちしております