



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

多世代交流施設 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
9/1～9/30 ちょい早風呂月間 午前9時より 入浴できます！ 	1	2 みんなの歌の日 フラワーアレンジメント講座	3 休館日	4 いっぷく体操 歌謡講座	5 いきいき百歳体操	6 恒例 みんなの歌のつどい 夏・冬野菜講座 囲碁・将棋の日
7	8	9 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	10 休館日	11 いっぷく体操 いきいき百歳体操	12 お楽しみ会 ふれあい市 笑いヨガ講座	13 囲碁・将棋の日 おたのしみ鑑賞会
14 健康マージャンの日A	15 お楽しみ会 脳トレ学級	16 休館日	17 休館日	18 いっぷく体操 歌謡講座	19 いきいき百歳体操	20 お楽しみ会 夏・冬野菜講座 囲碁・将棋の日
21 休館日	22	23 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	24 休館日	25 北部苑DEあそぼう ～ベビー～③ いっぷく体操	26 いきいき百歳体操	27 オシャレ水引講座 囲碁・将棋の日 おたのしみ鑑賞会
28 健康マージャンの日A	29 お楽しみ会	30 みんなの歌の日				

お楽しみ会 午後1時30分～

12日(金) すずらんの会

15日(月・祝) 水田たけし&仲間たち

20日(土) いいとも一座

29日(月) 劇団つくし



北部苑のお風呂について

9月は
ちょい早風呂月間

9月1日(月)～9月30日(火)

入浴時間: 9時～4時

※北部テイサービス給湯工事に伴い、
10時30分～12時まで
テイサービス利用者と介助職員も利用い
たします。
ご理解のほど、よろしくお願いいたします。



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



すずらんの会

12日(金) 午後1時30分～

舞踊 歌謡 三味線

「元気であれば又会える」舞踊を中心に歌あり、三味線あいの多彩な演目をお楽しみください



水田たけし&仲間たち

15日(月・祝) 午後1時30分～

歌謡 舞踊

敬老の日を歌手水田たけしさんと、仲間たちと一緒に楽しみましょう



いれども一座

20日(土) 午後1時30分～

舞踊 歌謡 太鼓

舞踊を中心に、歌や太鼓や笛もあり！伏木曳山の雰囲気を感じてください



劇団つくし

29日(月) 午後1時30分～

歌謡 舞踊

歌、踊りともに切れのあるステージをお楽しみください

知っく情報！

応援大歓迎!!

総勢40組の歌自慢が大集合！

みんなの歌のつどい

9月6日(土)午前10時～午後3時

★午前の部 20組

昼休憩 12時～13時

★午後の部 20組

助六寿司 当日販売 限定30食

パンの対面販売あり(午前11時～12時)

注:当日は土曜日の為、うどんがありません

詳しくは、北部苑まで ☎33-6633



まだまだ暑い

お風呂上りに、冷たい飲み物やアイスはいかがですか？



★アイスコーヒー(夏季限定) 130円

販売は9月末まで！在庫がなくなり次第終了します。

★各種飲み物 150円

★アイスクリーム 100円～150円



注目

健康の秋です

★「いっぷく体操」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



北部苑DEあそぼう～ベビー～③

ベビーマッサージ&足形アート&ゆったりランチタイム

9月25日(木)午前10時～12時 和室

参加人数 限定10組

参加費 1,500円(うどん付き)

持ち物 バスタオル、水分(赤ちゃん分)

いつものお出かけグッズ

離乳食やおやつ

申込締切 9月18日(木)

＜スケジュール＞

10:00～ ベビーマッサージ

10:45～ 足形アート

11:30～ ランチタイム

& 情報交換会



ママさんたちの
情報交換にもオススメ



ご家族みなで北部苑へどうぞ。お待ちしております。