

2019 年度



こぶし荘生きがい倶楽部

主催高岡市社会福祉協議会

皆さんのお越しをお待ちしています！

午前9時30分～ 受付

午前10時15分～ 開会

おらっチャいきいき教室

(第1・第2月曜日)

福岡いきいき脳トレクラブ 代表 池田由美子氏

(第3・第4月曜日)

健康運動指導士 三輪厚子氏

(第5月曜日)

笑いヨガ 沼田淑美氏

午前11時15分～

入浴・歓談

- 昼食 -

午後1時～

芸能グループ催し物

午後2時00分 終了

対象者

高岡市内の概ね70歳以上の方
定員

概ね50人

参加費

800円(入浴・昼食代含む)

(こぶし荘入浴券を使用する場合は450円)

持ち物

タオル

問合せ先

高岡市社会福祉協議会福岡支所

電話64-8114

休館日 / 毎週火曜日、毎月第4水曜日、8月15日、年
末年始12月29日～1月3日(火曜日及び第4水曜日
が市民ふれあい入浴デーと重複した場合、翌日が休館日
となります)

【申込先】こぶし荘

(高岡市福岡町舞谷34)



31-2888

さあ、始めよう！～健康づくり・生きがいづくり・仲間づくり～
ふれあい・いきいきサロンの皆さんも参加しませんか？

複数のサロンより申込があった場合、抽選になります。(開催日3ヶ月前までに抽選にて
決めさせていただきます)

申込の際に、送迎のバスの有無をお知らせください。(15名様以上ご利用の場合は、無
料送迎バスを運行しています)

2019年度こぶし荘生きがい倶楽部（年間予定）

開催日		送迎	おらっちゃんいきいき教室	午後の部催物
4月	8日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	正派黎明会（琴の生演奏）
	15日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	懐メロミュージックフレンド（懐メロ生演奏）
	22日	福岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	すずらんの会（踊り、歌）
5月	13日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	津軽三味線高岡訓若会
	20日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	春の会（歌謡、舞踊）
	27日	西高岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	お楽しみ会
6月	3日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	福岡豊笑会（民謡、舞踊）
	10日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	ゆめふうせん（バルーンアート体験）
	17日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	華舞踊会（歌謡、舞踊）
	24日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	華の会（民謡踊り）
7月	1日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	幸謡会（民謡）
	8日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	ひまわり一座（新舞踊、寸劇）
	22日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	藤久会（民謡踊り）
	29日	西高岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	フラダンス&キーボード
8月	5日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	お楽しみ会
	19日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	高岡城峰会（民謡、踊り）
	26日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	高南会（民謡、日本舞踊）
9月	2日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	ザ・あんぼたん（各種演芸）
	9日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	能元流 ほほえみ（新舞踊）
	30日	西高岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	上野ミュージック・ステーション（懐メロ生演奏）
10月	7日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	うしお新舞踊研究会（新舞踊）
	21日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	劇団 輝（踊り、歌）
	28日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	菊栄会（日本舞踊）
11月	11日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	うたごえ喫茶（カラオケ）
	18日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	風見座（歌謡）
	25日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	オカリナサウンズ「かたかご」（オカリナ演奏）
12月	2日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	ハンドマッサージ
	9日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	リンベル（ミュージックベル演奏）
	16日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	うたごえ喫茶（カラオケ）
	23日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	手作りお正月飾り (材料費別途 300円)
1月	20日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	法話（麻生達乗 先生）
	27日	西高岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	喜代の会（唄・踊り）
2月	3日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	とやまかたりの会（民話、手遊び）
	10日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	うたごえ喫茶（カラオケ）
	17日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	カトレア会（大正琴演奏）
3月	2日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	いいとも一座
	9日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	劇団 ゆうしん（歌謡、舞踊）
	16日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	扇流寿々蘭会（新舞踊）
	23日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	うたごえ喫茶（カラオケ）
	30日	西高岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	高岡ギターアンサンブル（ギター演奏）

午後の催物に変更になる場合がありますので、ご了承ください。