

令和2年度



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

おらっちゃんいきいき教室

(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月曜日他)

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

1,000円(入浴・昼食代含む)
(こぶし荘入浴券の利用もできます。)

※令和2年度から都合により、200円値
上げとなります。

◇持ち物

タオル

◇問合先

高岡市社会福祉協議会福岡支所

電話64-8114

主催 高岡市社会福祉協議会



こぶし荘生きがい倶楽部

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)

令和2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	13日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	正派黎明会（琴の生演奏）
	20日	福岡	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）
	27日	西高岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	命和会（踊り、歌）
5月	11日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	なごみ一座
	18日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	音楽療法♪Key（おんけい）
	25日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	高岡城峰会（民謡、踊り）
6月	1日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	いいとも一座
	8日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	押川一座（オカリナ演奏、唄、手品）
	15日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	藤久会（民謡踊り）
	22日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	カトレア会（大正琴演奏）
	29日	西高岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	華の会（民謡踊り）
7月	6日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	トゥインクルスターズ（ハーモニカアンサンブル）
	13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）
	20日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	ゆめふうせん（バルーンアート体験）
	27日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	劇団 ゆうしん（歌謡、舞踊）
8月	3日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	フラダンス&キーボード
	24日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	緒の会（伝統民間舞踊）
	31日	福岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	オカリナサウンズ「かたかご」（オカリナ演奏）
9月	7日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	和の会「手作りストラップ」 100円★
	14日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	扇流寿々蘭会（新舞踊）
	28日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	ザ・あんぼんたん（各種演芸）
10月	5日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	上野ミュージック・ステーション（懐メロ生演奏）
	12日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	人形劇団どんぐりコロコロ
	19日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	ドレミの会（キーボード演奏）
	26日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	福岡豊笑会（民謡、舞踊）
11月	2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）
	9日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	華舞踊会（歌謡、舞踊）
	16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）	津軽三味線高岡訓若会
12月	7日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	劇団 輝（踊り、歌）
	14日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	リンベル（ミュージックベル演奏）
	21日	福岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	菅っ子メイト 「菅干支づくり」 400円★
1月	18日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	星の会（琴の生演奏、童謡）
	25日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	高岡城峰会（民謡、踊り）
2月	1日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	幸謡会（民謡）
	8日	福岡	福岡いきいき脳トレクラブ	ひまわり一座（新舞踊、寸劇）
	15日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	うたごえ喫茶（カラオケ）
	22日	福岡	笑いヨガ（沼田淑美氏）	春乃会（歌謡、舞踊）
3月	1日	西高岡	福岡いきいき脳トレクラブ	法話（麻生達乗 先生）
	8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）
	15日	西高岡	健康運動（三輪厚子氏）	上野ミュージック・ステーション（懐メロ生演奏）
	22日	福岡	健康運動（三輪厚子氏）	ザ・あんぼんたん（各種演芸）

午後の催物に変更になる場合もありますので、ご了承ください。

★ 一部材料費がかかります。

