

# 『北斗の館』だより

スタンプ10個で  
お楽しみ券



神戸地区交流の館『北斗の館』は、皆さんの「いこいの場」「たまり場」です。  
スタンプカードを来場者の方々にお渡ししています。10ポイントでお楽しみプレゼントゲット。  
お気軽にお越しください!! 参加費 200円です!!

## 令和8年1月の催し

(開店午前9時30分～11時30分)

開催日	かんべ陽だまりカフェの催し	いきいき市
1月9日(金)	歌って踊ってビーナスの会	
1月16日(金)	茶話会等	○
1月23日(金)	健康講座—おかなみ出前講座	
1月30日(金)	茶話会等	○

### 健康講座—おかなみ(岡波総合病院)出前講座

- 1月23日(金)午前10時～
- ◎テーマ:高血圧と上手につき合うために
- ◎講師:脳卒中リハビリテーション看護認定看護師  
東雲洋美(しののめひろみ)



### 歌って踊ってビーナスの会

- 1月9日(金)午前10時～
- ◎出演者:ビーナスの会
- ※私たちは、馬場区(旧阿山町馬場)の長寿会(老人クラブ)の部活動の一つで、8名で活動しています。平均年齢75歳、最高年齢82歳です。
- 杉良太郎さんの主宰のダンス健康クラブに加入し、横浜の神奈川芸術劇場の舞台も体験しました。
- 皆さんと一緒に歌ったり、踊ったり、楽しい時間を過ごせることを楽しみにしています。



## 令和8年2月の催し

(開店午前9時30分～11時30分)

開催日	かんべ陽だまりカフェの催し	いきいき市
2月6日(金)	ギター演奏会	
2月13日(金)	茶話会等	○
2月20日(金)	映画鑑賞会(あまろっく)	
2月27日(金)	茶話会等	○

### 映画鑑賞会

- 2月20日(金)午前9時30分～
- ◎題名:あまろっく
- ◎キャスト:笑福亭鶴瓶、江口のりこほか
- ※尼崎を舞台に、39歳の独身女性、65歳の能天気な父、20歳の父の再婚相手の「想定外の共同生活」を描くホームコメディ。



### ギター演奏会

- 2月6日(金)午前10時～
- ◎出演者:想音クラブ(大北博彦ほか)
- ※昭和・平成の歌謡曲、演歌を演奏するバンドです!!
- あなたの思い出の曲があれば、一緒にロズさんでください!!



### サックス、ピアノ演奏会

- 3月6日(金)午前10時～
- ◎出演者:デュオ・リヴレ
- ピアノ:的場麻理子

※2019年に結成。  
「リヴレ」とはフランス語で「届ける」の意味。  
伊賀市内の高齢者施設で演奏、伊賀市文化都市協会主催のbimonthly concertにサックス4本+ピアノで2回出演。  
ポピュラーからクラシックまで幅広いジャンルの音楽をお届けします。



○サックス:菅原小百合



## 令和8年3月の催し

(開店午前9時30分～11時30分)

開催日	かんべ陽だまりカフェの催し	いきいき市
3月6日(金)	サックス、ピアノ演奏会	
3月13日(金)	茶話会等	○
3月20日(金)	交通安全講座(伊賀地区交通安全協会)	
3月27日(金)	茶話会等	○

### 交通安全講座

- 3月20日(金)午前10時～
- ◎講話者:伊賀地区交通安全協会
- ※交通安全は私達全ての願いです。
- 高齢者の交通安全や特殊詐欺等の出前講座を行います。

