

# 地域の居場所イベント〈ご案内〉

## いきいき健康イス体操

基本毎週月曜日10:10～  
参加費300円

適度な運動が大切!  
おしゃべりを  
楽しみながら健康に!

【岩崎LS】



## エコアート

基本第1(木)10:00～  
参加費300円

包装紙、チラシなどを  
利用しての作品作り!  
ゲームをして  
楽しむことも……

【藤枝:楽笑クラブ】



## 美文字教室

基本第2(金)10:00～  
第4(金)13:30～  
参加費400円  
(先着10名・予約優先)

慶弔の表書きなど  
堂々と書きたいですね!

【中川LS】



鍼灸手技師が教える

## ツボ押し健康法

基本  
毎週月曜日13:30～  
第3・4(水)10:30～  
参加費500円



鍼灸手技師・機能訓練士・介護予防運動士【三田久美子】

## チョークアート

クレヨンで描く

基本第2・第4(木)  
10:00～  
参加費500円  
(先着10名・  
予約優先)



【生-Syou】

一緒に歌おう

## コーラス

基本第2(金)13:30～  
参加費500円

大きな声で歌ってストレス発散。  
一緒に楽しみましょう。

【五木真理子先生】



## 俳句教室

基本第1・3(火)13:30～  
参加費500円  
(先着10名・予約優先)

プチブームとなっている俳句。  
あまり堅苦しいことはやりません。  
一緒に楽しみましょう。

【中川LS】



## フラ(ダンス)

気楽に参加して皆で楽しみましょう～

基本  
第1・第2(木)13:30～  
第3(金)10:00～  
参加費500円  
(先着10名・予約優先)

【Halau Ka Makali'i】



## ふまねっと

基本第1(土)10:00～  
第3(日)14:00～  
参加費300円

みんなで楽しく  
脳とからだの健康づくり!

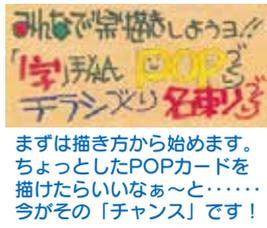
【焼津ふまねっとクラブ】



## 楽描き手描き文字で遊ぼう!

基本  
第1(水)10:00～  
第4(火)10:00～  
参加費500円  
(先着10名・  
予約優先)

【手描き販促塾】



## ポッチャと鉄道模擬ツアー

基本第1・3(金) 参加費300円※両方参加可



ポッチャ13:30～

パラリンピックの人気競技 DVDを観ての疑似体験  
(先着10名・予約優先)



鉄道模擬ツアー 14:30～

DVDを観ての疑似体験  
【チームみなサポLS】

水晶の癒しの楽器

## クリスタルボウル

基本第2・4(土)10:30～  
参加費500円(先着10名・予約優先)

水晶から作られた楽器。  
神秘的で不思議な響き、  
深いリラクゼーション効果!  
用意ができる方はご持参ください。  
(ヨガマット・バスタオル・ハンカチ)

【Yui】



## ハーモニカ教室

初心者歓迎

基本第2・第3(水)13:30～  
参加費300円  
(先着10名・予約優先)

【水野LS】



## 募 集

楽描き手描き、美文字教室、  
チョークアート、ふまねっと、  
フラ(ダンス)、ツボ押し健康法、  
ポッチャ&鉄道模擬ツアー、  
クリスタルボウル

## コロナ対策



## 運 営: NPO法人 みなサポ

(特定非営利活動法人)

地域支え愛活動・居場所活動・高齢ご家族のお困りごと相談  
静岡の介護「みなサポ」(Web情報提供)

開催場所: シニア中心の多世代シェアハウス(グループリビング)

**COCO下小田 イベントスペース**  
(ココ)

焼津市下小田171-2 TEL:054-668-9656  
(セブンイレブン焼津祢宜島店隣り)

予約・お問合せは **080-5161-1165** みなサポ  
担当:岩井

