どなたでも参加OK!!

2022 12月

毎月開催 地域の居場所イベント

開催場所：COCO下小田イベントスペース

50・60・70歳代以上の方も楽しめるイベント!!

予約・お問い合わせは
080-5161-1165（みなサポ岩井）

※予告なく変更・中止になる場合があります。ご容赦ください。

※要予約・予約優先などイベントにより異なります。※お子様だけの参加はご遠慮ください。

参加費：300円～500円 基本の材料費込
1時間～2時間

日	月	火	水	木	金	土
12月		第1・3火曜日 俳句教室	チョークアート	1 エコアート 10:00～12:00 参加費:300円 健康フラ（ダンス） 13:00～ 参加費:300円 中止	2 ボッチャ 13:30～ 参加費:300円	3 ふまねっと 10:00～11:00 参加費:300円
4 毎週月曜日開催!! いきいき健康イス体操	5 いきいき健康イス体操 10:10～参加費:300円 鍼灸手技師が教える ツボ押し健康法 13:30～参加費:500円	6 俳句教室 一緒に学びましょう 13:30～15:30 参加費:500円	7 楽描き 手描き文字で遊ぼう! 10:00～11:30 参加費:500円	8 チョークアート 10:00～ 参加費:500円 健康フラ（ダンス） 13:30～15:00 参加費:500円	9 美文字教室 10:00～12:00 参加費:400円 コーラス 13:30～15:00 参加費:500円	10
11 第2月曜はウェルシア管理栄養士による健康チェック 健康相談	12 いきいき健康イス体操 10:10～参加費:300円 鍼灸手技師が教える ツボ押し健康法 13:30～参加費:500円	13 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:30～15:30 参加費:300円	14 鍼灸手技師が教える ツボ押し健康法 10:30～参加費:500円 初心者歓迎 ハーモニカ教室 13:30～15:00 参加費:300円	15 初心者歓迎 ウクレレ教室 13:00～ ウクレレ貸出し可 3名まで 参加費:500円	16 フラ（ダンス） クリスタルボウル ボッチャ 13:30～ 参加費:300円	17 大畑ピアノ教室にて Xmasレッスン コラボ教室 10:00～12:00 参加費:600円
18 ふまねっと 14:00～15:00 参加費:300円	19 いきいき健康イス体操 10:10～参加費:300円 鍼灸手技師が教える ツボ押し健康法 13:30～参加費:500円	20 俳句教室 一緒に学びましょう 13:30～15:30 参加費:500円	21 鍼灸手技師が教える ツボ押し健康法 10:30～参加費:500円 初心者歓迎 ハーモニカ教室 13:30～15:00 参加費:300円	22 クレヨンで描く チョークアート 10:00～ 参加費:500円	23 美文字教室 「ペン字から筆ペンまで」 13:30～15:00 参加費:400円	24 リラクゼーション クリスタルボウル 10:30～12:00 【先着10名】予約優先 参加費:500円
25 毎週月曜日 第2・3水曜日開催!! ツボ押し健康法	26 いきいき健康イス体操 10:10～参加費:300円 鍼灸手技師が教える ツボ押し健康法 13:30～参加費:500円	27 楽描き手描き文字で遊ぼう! 10:00～参加費:500円 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:30～参加費:300円	28 支え愛月例会 10:00～ 500円支給 入居者会議 13:00～	29	30	31
				年　末		

□=定例開催　□=月一開催　□=特別開催　□=COCOイベント　□=外部レンタル

このチラシはCOCO下小田内にもあります。お友達にも教えてね!