

どなたでも参加OK!!

2023 4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 (みなサボ岩井)

※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。



参加費：300円～500円 基本の材料費込
1時間～2時間

※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。

日	月	火	水	木	金	土
4月 		第1・3火曜日 俳句教室	 楽描き教室	 チョークアート	コーラス (歌唱指導) 	1
2 毎週月曜日開催!! いきいき健康イス体操	3 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	4 俳句教室 一緒に 学びましょう 13:30～15:30 参加費:500円	5 楽描き教室 色んなものに 楽しく落書き! 10:00～11:30 参加費:500円	6 エコアート 10:00～12:00 参加費:300円 健康フラ(ダンス) 13:30～15:00 参加費:500円	7 ボッチャ 13:30～ 参加費:300円	8
9 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	10 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	11 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:30～15:30 参加費:300円	12 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	13 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	14 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	15 COCO マルシェ 9:00～13:00 小雨決行 状況より判断
16 毎週月曜日 第2・3水曜日開催!! ツボ押し健康法	17 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	18 楽描き教室 色んなものに 10:00～参加費:500円 俳句教室 一緒に学びましょう 13:30～参加費:500円	19 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	20 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	21 健康フラ(ダンス) 10:00～11:30 参加費:500円 ボッチャ 13:30～ 参加費:300円	22
23/30	24/31 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	25 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:30～15:30 参加費:300円	26 支え愛月例会 10:00～ 500円支給 入居者会議 13:00～	27 クレヨンで描く チョーク アート 10:00～ 参加費:500円	28 美文字教室 「ペン字から 筆ペンまで」 13:30～15:00 参加費:400円	29 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

□=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!