

どなたでも参加OK!!

2023 5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

※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。

1時間～2時間

日	月	火	水	木	金	土
5月 	1 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	2 俳句教室 一緒に 学びましょう 13:30～15:30 参加費:500円	3 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	4 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	5 ボッチャ 13:30～ 参加費:300円	6
7 <div style="border: 1px solid blue; padding: 2px;">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</div>	8 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	9 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:30～15:30 参加費:300円	10 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	11 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	12 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	13 14:00～ ミニ発表会 開催!!
14 毎週月曜日 第2・3水曜日開催!! ツボ押し健康法	15 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	16 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	17 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	18 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	19 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	20
21 毎週月曜日開催!! いきいき健康イス体操	22 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	23 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:30～15:30 参加費:300円	24	25 クレヨンで描く チョーク アート 10:00～ 参加費:500円	26 美文字教室 「ペン字から 筆ペンまで」 13:30～15:00 参加費:400円	27 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
28	29 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	30 俳句教室 一緒に 学びましょう 13:30～15:30 参加費:500円	31 支え愛月例会 10:00～ 500円支給 入居者会議 13:00～	第1・3火曜日 俳句教室	 楽描き教室 チョークアート	

□ = 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!