

どなたでも参加OK!!

2023 7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
7月 		第1・3火曜日 俳句教室	POP教室 当店イチオシ 当店おすすめ	 チョークアート	居場所イベント講師 土日 有償ボランティア募集!!	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 新 石ころアート 平たい石に文字やイラストを描きます (POP教室も開催) 10:30～ 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	新 8 健康社交ダンス 13:30～ 気楽に参加楽しみましょう! 参加費:500円
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
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 新 石ころアート (POP教室も同時開催) 10:30～参加費: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 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
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

 = 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!