

どなたでも参加OK!!

2023 8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。

予約・お問い合わせは
080-5161-1165 (みなサバ岩井)

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
8月 		1 俳句教室 一緒に 学びましょう 13:30～15:30 参加費:500円	2 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	3 中止 エアアート 10:30～12:00 参加費:500円 健康フラ(ダンス) 13:30～15:00 参加費:500円	4 ボッチャ 13:30～ 参加費:300円	
6 毎週月曜日開催!! いきいき健康イス体操	7 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	8 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:30～15:30 参加費:300円	9 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	10 中止 チョークアート 参加費:500円 健康フラ(ダンス) 13:30～15:00 参加費:500円	11 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	新12 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
13 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	14 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	15 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	16 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	17 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	18 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	19
20 毎週月曜日 第2・3水曜日開催!! ツボ押し健康法	21 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	22 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:30～15:30 参加費:300円	23	24 クレヨンで描く チョーク アート 10:00～ 参加費:500円	25 美文字教室 「ペン字から 筆ペンまで」 13:30～15:00 参加費:400円	26 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
27	28 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	29	30 支え愛月例会 10:00～ 500円支給 入居者会議 13:00～	31 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		

 = 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!