

どなたでも参加OK!!

2024 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 	1 生きいき健康体操 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 時間変更10:00～ 参加費:300円	3 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	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 童謡・叙情歌 一緒に歌おう (電子ピアノで伴奏) 13:30～ 参加費:300円
7 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	8 生きいき健康体操 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」 13:10～16:00 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 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 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
14 毎週月曜日 第2,3水曜日開催!! ツボ押し健康法	15 生きいき健康体操 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 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 一変!よう 13:30～参加費:300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 ハーモニカ教室 13:30～15:00 参加費:300円	18 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 特別開催 予備日
21	22 生きいき健康体操 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」 13:10～16:00 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 10:00～12:00 参加費:400円 コーラス 13:30～15:00 参加費:500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 毎週月曜日開催!! いきいき健康イ体操	29 生きいき健康体操 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 13:00～15:00 参加費:300円	31 支え愛月例会 10:00～ 500円支給 入居者会議 13:00～	参加者募集中 童謡叙情歌、石ころアート、 生きいき健康体操、 社交ダンス、美文字教室、 チョークアート、俳句教室		

□=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!