

どなたでも参加OK!!

2025 3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	
3月 		参加者募集中 童謡叙情歌、社交ダンス、 俳句教室、美文字教室、 石ころアート、 チョークアート、			 コーラスは、 定員に達しました		1 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
2 毎週月曜日開催!! いきいき健康イス体操	3 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	4 俳句教室 一緒に 学びましょう 13:00～ 参加費:300円	5 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	8 中止 健康社交ダンスは 当面の間、 中止となります。	
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 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	11 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:10～16:00 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 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 予告 4月19日は 音楽教室 発表会 小川地域交流センター	
16 毎週月曜日 第2・3水曜日開催!! ツボ押し健康法	17 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	18 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 13:00～参加費:300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 ハーモニカ教室 13:30～15:00 参加費:300円	20 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 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 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	25 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:10～16:00 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 10:00～12:00 参加費:400円 コーラス 13:30～15:00 参加費:500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!