

どなたでも参加OK!!

2025 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。



参加費：300円～500円 基本の
材料費込
1時間～2時間

予約・お問い合わせは
080-5161-1165 (みなサバ岩井)

日	月	火	水	木	金	土
7月 		1 石ころアート 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	2	3 エコアート 10:00～12:00 参加費:300円 健康 (ダンス) 13:30～15:00 参加費:500円	4 ボッチャ 13:30～ 参加費:300円	5 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
6	7 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	8 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:10～16:00 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 ハーモニカ教室 13:30～15:00 参加費:300円	10 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	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	12
13 毎週月曜日開催!! いきいき健康イス体操	14 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	15 石ころアート 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	16 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	17 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 ボッチャ 13:30～ 参加費:300円	19
20 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	21 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	22 ビデオ鑑賞 「趣味の会」 13:10～16:00 参加費:300円	23	24 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	25 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	26
27 毎週月曜日 第2・3水曜日開催!! ツボ押し健康法	28 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	29	30 支え愛月例会 10:00～ 500円支給 入居者会議 13:00～	31 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	参加者募集中 俳句教室、美文字教室、 童謡叙情歌、石ころアート、 チョークアート、エコアート コーラスは、定員に達しました	

□ = 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!