

どなたでも参加OK!!

2025 10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)

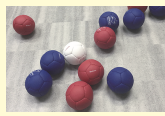
※予告なく変更・中止になる場合があります。
ご容赦ください。



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
10月 	参加者募集中 生きいきイス体操、 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		1	2 エコアート  10:00～12:00 参加費:300円	3 ボッチャ 13:30～  参加費:300円	4 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
5 毎週月曜日開催!!  いきいき健康イス体操	6 生きいきイス体操 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	7 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	8 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	9 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	10 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	11
12 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	13 生きいきイス体操 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	14 ビデオ鑑賞 「趣味の会」  13:10～16:00 参加費:300円	15 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	16  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	17 ボッチャ 13:30～  参加費:300円	18
19 毎週月曜日 第2・3水曜日開催!!  ツボ押し健康法	20 生きいきイス体操 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	21 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	22 	23 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	24 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	25
26	27 生きいきイス体操 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	28 ビデオ鑑賞 「趣味の会」  13:10～16:00 参加費:300円	29 支え愛月例会 10:00～ 500円支給 入居者会議 13:00～	30  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	31	

□=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!