

どなたでも参加OK!!

2026 1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 (みなサバ岩井)

※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
1時間～2時間

※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。

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