

# 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。

予約・お問い合わせは  
080-5161-1165(みなさポ岩井)

参加費: 300円~500円 基本の  
1時間~2時間 材料費込

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!!

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

5 生きいきイス体操  
10:10~  
参加費:300円

6 石ころアート  
10:30~  
参加費:500円

7 俳句教室  
一緒に学びましょう  
13:00~参加費:300円



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!!

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

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

15 ハーモニカ教室  
13:30~15:00  
参加費:300円

16 チョークアート  
10:00~  
参加費:500円

17 美文字教室  
10:00~12:00  
参加費:400円

18 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

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

21 鍼灸手技師が教える  
ツボ押し健康法  
10:30~参加費:500円

22 ハーモニカ教室  
13:30~15:00  
参加費:300円

23 チョークアート  
10:00~  
参加費:500円

24 美文字教室  
10:00~12:00  
参加費:400円

25 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

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

29 入居者会議  
13:00~

30 チョークアート  
10:00~  
参加費:500円

31 美文字教室  
10:00~12:00  
参加費:400円

32 ハーモニカ教室  
13:30~15:00  
参加費:300円

33 チョークアート  
10:00~  
参加費:500円

34 美文字教室  
10:00~12:00  
参加費:400円

□=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!