

第1週	1 日 (月)	2 日 (火)	3 日 (水)	4 日 (木)	5 日 (金)
AM	※要申込 うたごえ喫茶 卓球	スマホ教室 ※要申込	※要申込 参加費 200円 小物作会(ちぎり絵)	9:45~11:15 ※要申込 参加費 100円 膝腰らくらく体操教室 ※受付終了	※要申込 七夕集会 手遊び、ゲーム(泉保育所)
PM	サロン農園	塗り絵	やさしい指文字	※要申込 参加費 100円 たのしい折り紙	映画鑑賞 「青い山脈」
第2週	8 日 (月)	9 日 (火)	10 日 (水)	11 日 (木)	12 日 (金)
AM	卓球	※要申込 アフリカンダンス	※要申込 げんき百歳体操	※要申込 費用2000円 9:00~14:00 そば打ち体験	いこいず体操教室 ※受付終了
PM	サロン農園	※要申込(高齢対策課) やさしい終活セミナー③ ※受付終了	THE?勝負	持物 エプロン 三角巾	脳トレ教室
第3週	15 日 (月)	16 日 (火)	17 日 (水)	18 日 (木)	19 日 (金)
AM	海の日	※要申込 参加費 200円 手芸(クイリング)	※要申込 歴史講座(矢板を語る!)	※要申込 編物円の会	いこいず体操教室 ※受付終了
PM		おたがいさんカフェ よろず相談	※要申込 費用1000円 食パンかりんとうづくり 持物 エプロン 三角巾	※要申込 歌うタイムマシーン	囲碁・将棋
第4週	22 日 (月)	23 日 (火)	24 日 (水)	25 日 (木)	26 日 (金)
AM	※要申込 参加費 250円 絵手紙 卓球	※要申込 3B体操教室 持物 飲み物	利楽時間(脳トレ) いこいず保健室	認知機能簡易検査 ※要申込(高齢対策課)	いこいず体操教室 ※受付終了
PM	サロン農園	※要申込 笑いヨガ 持物 飲み物	※要申込 参加費 100円 たのしいちぎり絵	認知機能簡易検査 ※要申込(高齢対策課)	ボッチャ 持物 飲み物
第5週	29 日 (月)	30 日 (火)	31 日 (水)		
AM	健康アプリ実証実験 説明会 ※要申込(健康増進課)	※要申込 おはなし朗読会	集合8:45出発9:00 解散15:30 ※要申込 バス遠足 (馬頭広重美術館&買い物) 参加費3000円 (入館、昼食代)	各講座のお申し込みは、 泉常設型サロン いこいず まで TEL 0287-43-2231 受付時間 9:00~16:00	認知機能簡易検査の申込 矢板市高齢対策課まで TEL 0287-43-3896 健康アプリ実証実験申込 矢板市健康増進課まで TEL 0287-43-1118
PM	サロン農園	脳トレ教室			

☆給食は、1食600円です。前週の金曜日午前中までにお申し込みください。