

第1週					1日(金)	
AM	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	全ての講座 要予約	11月9日(土) いこいず収穫祭			いこいず体操教室 ※受付終了
PM						映画鑑賞 「ああ江田島」105分
第2週		4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
AM	文化の日	社交ダンス 卓球	小物作会 (クラフトバック) ※受付終了	体育 9:45~11:15 膝腰らくらく体操教室 ※受付終了	体育 いこいず体操教室 ※受付終了	
PM		ぬりえ	やさしい指文字 いこいずタイム 来月の講座の準備をします	参加費 100円 たのしい折り紙	いこいず収穫祭 準備	
第3週		11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
AM	泉保育所交流会 やきいも大会 グラウンドゴルフ8:30~	アフリカダンス 卓球	費用実費500円ほど(調理室) 防災料理 持物 エプロン 三角巾 タオル 米1合	元気アップ教室(体操)	体育 いこいず体操教室 ※受付終了	
PM	サロン農園	フォークダンス	eスポーツ大会 栃木県共催	歴史講座(矢板を語る!)	参加費 300円 👑 誕生日会 👑 囲碁・将棋	
第4週		18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
AM	うたごえ喫茶	※受付終了 手芸(クラフト表札) 卓球	利楽時間(脳トレ)	あみもの	体育 いこいず体操教室 ※受付終了	
PM	サロン農園	悪徳商法の手口	THE?勝負	歌うタイムマシーン	懐メロ演奏会	
第5週		25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
AM	参加費 250円 絵手紙 グラウンドゴルフ8:30~	3B体操教室 卓球	集合8:30出発8:45 解散16:00 バス遠足 (花木センター&買い物) 参加費3000円 (昼食代など)	おはなし朗読会	体育 いこいず体操教室 ※受付終了	
PM	サロン農園	笑いヨガ		参加費 500円 クリスマスリース作り (フレッシュグリーンリース)	ボッチャ	

☆ランチは、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。

11月 いこいず 時間割

【AM:10:00~11:30 PM:13:30~15:00】

第1週					1日(金)
AM	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				体育 いこいず体操教室 ※受付終了
PM					映画鑑賞
第2週	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
AM	文化の日	※要申込 社交ダンス 卓球	※要申込 参加費 200円 小物作会()	体育 9:45~11:15 膝腰らくらく体操教室 ※受付終了	体育 いこいず体操教室 ※受付終了
PM		ぬりえ	やさしい指文字	※要申込 参加費 100円 たのしい折り紙	脳トレ教室
第3週	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
AM	※要申込 やきいも大会 手遊び、ゲーム(泉保育所)	※要申込 アフリカンダンス 卓球	料理	※要申込 元気アップ教室(体操)	体育 いこいず体操教室 ※受付終了
PM	サロン農園	※要申込 フォークダンス	THE?勝負	※要申込 歴史講座(矢板を語る!)	囲碁・将棋
第4週	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
AM	※要申込 うたごえ喫茶	※受付終了 手芸(クラフト表札) 卓球	利楽時間(脳トレ) いこいず保健室 ※要申込 費用1500円 持物 エプロン 三角巾 タオル	※要申込 編物円の会	体育 いこいず体操教室 ※受付終了
PM	サロン農園	おたがいさんカフェ よろず相談		※要申込 歌うタイムマシーン	
第5週	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
AM	※要申込 参加費 250円 絵手紙	※要申込 3B体操教室 卓球	集合8:45出発9:00 解散15:30 ※要申込 バス遠足 (花木センター&買い物) 参加費3000円 (入館、昼食代)	※要申込 おはなし朗読会	体育 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		※要申込 参加費 100円 たのしいちぎり絵	ボッチャ 持物 飲み物

☆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。