

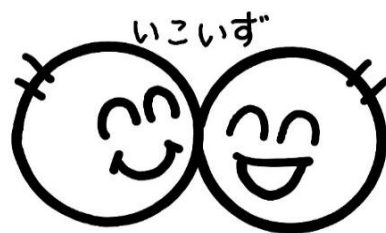
6月 いこいず 時間割

【AM:10:00~11:30 PM:13:30~15:00】

第1週	2 日 (月)	3 日 (火)	4 日 (水)	5 日 (木)	6 日 (金)	
AM	うたごえ喫茶	ぬりえ 卓球	9:00~10:30 サロン農園	9:45~11:15 からだラクラク倶楽部 ※受付終了	いこいず体操教室 ※受付終了	
PM	参加費 100円 折紙教室	社交ダンス(初級編) ブルース・マンボ	やさしい指文字	講談のリズムに乗って ~嚙下防止体操~	ふまねっと	
第2週	9 日 (月)	10 日 (火)	11 日 (水)	12 日 (木)	13 日 (金)	
AM	8:30~ グラウンドゴルフ	(泉体育館) アフリカンダンス 卓球	9:00~10:30 サロン農園 健康マージャン	元気アップ教室(体操)	いこいず体操教室 ※受付終了	
PM	参加費 100円 eスポーツ	フォークダンス	大人の学校 (脳トレ)	男 塾 (八方つつじハイキング)	13:00~参加費 200円 いこいずカフェ いこいず保健室	
第3週	16 日 (月)	17 日 (火)	18 日 (水)	19 日 (木)	20 日 (金)	
AM	参加費 250円 絵手紙	卓球	9:00~10:30 サロン農園	保育所交流会 マジックショー (うた、手遊び)	いこいず体操教室 ※受付終了	
PM	お手伝い願います いこいずタイム	社交ダンス(初級編) ブルース・マンボ・ワルツ	参加費 600円(調理室) ヘルシーガトーショコラ 持物 あればハンドミキサー	昭和歌謡 歌うタイムマシーン 囲碁・将棋	ニュースポーツの広場	
第4週	23 日 (月)	24 日 (火)	25 日 (水)	26 日 (木)	27 日 (金)	
AM	8:30~ グラウンドゴルフ	参加費 100円 3B体操教室 卓球	9:00~10:30 サロン農園	認知機能簡易検査 ※要申込 (幸齢課)	いこいず体操教室 ※受付終了	
PM	あみもの	笑いヨガ	利楽時間(脳トレ)		ボッチャ	
第5週	30 日 (月)	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 矢板市幸齢課まで TEL 0287-43-3896 	全ての講座 要予約 キャンセルも 連絡してね	名前
AM	参加費200円 女 塾 コサージュづくり					携帯番号
PM	参加費 300円 👑 誕生日会 👑					

☆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。

| 元気アップ教室(体操) |



**全ての講座
要予約**
キャンセルも連絡してね

の申し込みは、
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