

7月 いこいず 時間割

【AM:10:00~11:30 PM:13:30~15:00】

第1週		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
AM	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	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		大人の学校 (脳トレ)	やさしい指文字	おはなし朗読会	大正琴演奏会 ～一緒に歌いましょう～
第2週	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
AM	うたごえ喫茶	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 折紙教室	フォークダンス	大人の学校 (脳トレ)	男 塾	13:00~参加費 200円 いこいずカフェ いこいず保健室
第3週	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
AM	8:30~ グラウンドゴルフ	認知機能簡易検査 ※要申込(幸齢課)	9:00~10:30 サロン農園	保育所交流会 人形劇 (うた、手遊び)	いこいず体操教室 ※受付終了
PM	参加費 100円 eスポーツ	認知機能簡易検査の申込 矢板市幸齢課まで Tel 0287-43-3896	参加費 600円(調理室) 豆乳プリン	昭和歌謡 歌うタイムマシーン	ニュースポーツの広場 (輪投げ)
第4週	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
AM	海の日	参加費 100円 3B体操教室 卓球	9:00~10:30 サロン農園	落語(北斗星) ～高齢者向け脳トレ～	いこいず体操教室 ※受付終了
PM		笑いヨガ	利楽時間(脳トレ)	女 塾 囲碁・将棋	ボッチャ
第5週	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	
AM	絵手紙 250円 8:30~ グラウンドゴルフ	危険予測トレーニング 交通安全教室 卓球	集合8:30(泉体育館前) 解散16:00 バス遠足 (船村徹記念館) 参加費3000円 (昼食代など)	スマホ教室	名前 地区名
PM	あみもの	お手伝い願います いこいずタイム (小物作り)		参加費 300円 👑 誕生日会 👑	携帯番号

☆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。