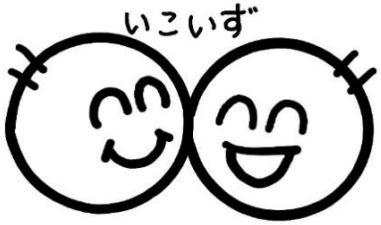
令和7年度
泉常設型サロン

8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	名前　　地区名	全ての講座 要予約 キャンセルも連絡してね	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		いこいず体操教室 ※受付終了
PM	携帯番号				お手伝い願います いこいずタイム
第2週	4 日（月）	5 日（火）	6 日（水）	7 日（木）	8 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	参加費 300円(調理室) だしつくり (山形郷土料理)	やさしい指文字	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	11 日（月）	12 日（火）	13 日（水）	14 日（木）	15 日（金）
AM	夏　季　休　業				
PM					
第4週	18 日（月）	19 日（火）	20 日（水）	21 日（木）	22 日（金）
AM	絵手紙　２５０円 8：30～ グラウンドゴルフ	アフリカンダンス 卓球	9:00～10:30 サロン農園	ふまねっと	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	サロン農園打合せ	女　塾	ボッチャ
第5週	25 日（月）	26 日（火）	27 日（水）	28 日（木）	29 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 健康マージャン	フラダンス	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)	参加費 300円 誕生日会 囲碁・将棋	大人の学校 (脳トレ)

☆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。



海の日