

2月 いこいば 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	参加費 100円 ♪うたごえ喫茶	参加費 100円 ぬりえ ラージボール(卓球)	9:00~10:30 サロン農園	9:45~11:15 からだラクラク俱楽部 ※受付終了	※受付終了 いこいば体操教室 うさぎ シルサポ
PM	参加費 100円 折紙教室	ふまねっと	ペン字 持物 筆記用具 ノート	講談のリズムに乗って ～嚥下防止体操～ 持ち物 バスタオル	大人の学校 (脳トレ)
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	アフリカンダンス ラージボール(卓球)	建国記念日	元気アップ教室(体操)	※受付終了 いこいば体操教室 かめ 塩谷
PM	参加費 300円 ✿誕生日会✿	フォークダンス		♂男塾	13:00~参加費 200円 いこいばカフェ いこいば保健室
第3週	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
AM	絵手紙 150円 8:30~ グラウンドゴルフ	※受付終了 さくらリース(続き) ラージボール(卓球)	9:00~10:30 サロン農園 健康マージャン	ローディ先生と 英語で遊ぼう 保育所交流会	※受付終了 いこいば体操教室 うさぎ 尾形
PM	参加費 100円 あみもの	お手伝い願います いこいばタイム	ハンドベル	参加費 700円 バナナケーキ 持物 三角巾 エプロン	参加費 100円 ニュースポーツの広場 eスポーツ
第4週	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
AM	天皇誕生日	参加費100円 持ち物バスタオル 3B体操教室 ラージボール(卓球)	9:00~10:30 サロン農園	フラダンス	※受付終了 いこいば体操教室 かめ 僕
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					
AM	全ての講座 要予約	お申し込みは、 泉常設型サロン いこいばまで TEL 0287-43-2231 受付時間 9:00~16:00	名前 地区名	携帯番号	いこいば 
PM					

☆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。