

6月 いこいず 時間割

【AM:10:00~11:30 PM:13:30~15:00】

第1週	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	
AM	参加費 300円 👑 誕生日会 👑	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 からだラクラク倶楽部 ※受付終了	※受付終了 いこいず体操教室 うさぎ 塩谷	
PM	参加費 100円 折紙教室	社交ダンス	ペン字 持ち物 筆記用具、ノート	~経絡体操+誤嚥防止~ 講談のリズムに乗って 持物 バスタオル	高齢者交通安全教室 マロニエ号が やってくる!!	
第2週	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	
AM	8:30~ グラウンドゴルフ うたごえ喫茶	アフリカダンス ラージボール(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	※受付終了 いこいず体操教室 かめ シルサポ	
PM	参加費 100円 eスポーツ	フォークダンス	参加費100円 いちご狩り 現地集合解散	男 塾	13:00~参加費 200円 いこいずカフェ 【寸劇】	
第3週	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	
AM	参加費150円 絵手紙	クラフト講座 PPバンドバック(第3回目) ラージボール(卓球)	9:00~10:30 サロン農園	保育所交流会 ふまねっと (うた、手遊び)	※受付終了 いこいず体操教室 うさぎ 俣	
PM	参加費300円 イラスト入門	社交ダンス	いこいず+(プラス) ~ちよいと役立つ話と体操~	参加費800円(調理室) ちぎりパン 持物 三角巾 エプロン	(泉体育館) ニュースポーツの広場 (カーリンコン)	
第4週	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	
AM	8:30~ グラウンドゴルフ	やしおタイム 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 いこいず体操教室 かめ 尾形	
PM	参加費 100円 あみもの	笑いヨガ	ハンドベル	女 塾 囲碁・将棋	ボッチャ	
第5週	29日(月)	30日(火)	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 	
AM	参加費 500円 おさんぽ	認知機能簡易検査 ※要申込(幸齢課)				
PM					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。☆すべての講座要予約

