

第1週	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 	名前	地区名	1 日 (木)	2 日 (金)
AM					9：45～11：15 からだラクラク倶楽部 ※受付終了	参加費 3000円 フラワーアレンジメント
PM				携帯番号	～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	ふまねっと
第2週	5 日 (月)	6 日 (火)	7 日 (水)	8 日 (木)	9 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 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	参加費 300円 イラスト入門	参加費 200円 いこいずカフェ 【レコード鑑賞】	
第3週	12 日 (月)	13 日 (火)	14 日 (水)	15 日 (木)	16 日 (金)	17日 (土)
AM	スポーツの日	アフリカンダンス ラージボール (卓球)	9:00～10:30 サロン農園	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	いこいず 収穫祭
PM		フォークダンス	いこいず収穫祭準備	いこいず収穫祭準備	いこいず収穫祭準備	10：00～ 14:00
第4週	19 日 (月)	20 日 (火)	21 日 (水)	22 日 (木)	23 日 (金)	
AM	8：30～ グラウンドゴルフ 絵てがみ 150円	9月のつづき クラフトリース作り 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 うさぎ 俣	
PM	参加費 100円 eスポーツ	社交ダンス	いこいず+ (プラス) ～ちょいと役立つ話と体操～ 【指ヨガ】	女 塾 囲碁・将棋	ポッチャ	
第5週	26 日 (月)	27 日 (火)	28 日 (水)	29 日 (木)	30 日 (金)	
AM	8：30～ グラウンドゴルフ 英会話	やしおタイム ラージボール (卓球)	9:00～10:30 サロン農園 健康マージャン初心者教室	参加費 300円 🍷 誕生日会 🍷	※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	参加費1000円 (調理室) かぼちゃのお菓子 持物 三角巾 エプロン	認知機能簡易検査 ※要申込 (幸齢課)	

☆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。