



いきいき倶楽部 1月カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
			夕暮れのつどい 16：00～16：45	書道教室 14：00～15：00 要：参加費	★生け花教室 10：30～11：30 予約制、要：参加費 SOMPO健康体操 14：00～16：00 ★パン販売 14：30～15：00 予約制	
8	9	10	11	12	13	14
スマイルヨガ 14：00～14：40 要：参加費 今回のみ日程変更	(オンライン) 歌の会 14：00～14：40 ★コープ移動販売 14：15～15：55 予約制	(オンライン) ピアノで歌う会 14：00～14：40	夕暮れのつどい 16：00～16：45	ローソン 移動販売 16：00～16：30	★訪問理美容 予約制 今回のみ日程変更 ★生け花教室 10：30～11：30 予約制、要：参加費 SOMPO健康体操 14：00～16：00	(オンライン) ヨガ教室 10:00～10:40
15	16	17	18	19	20	21
	★コープ移動販売 14：15～15：55 予約制	(オンライン) 転倒予防体操 14：00～15：00	夕暮れのつどい 16：00～16：45	絵手紙教室 14：00～15：00 要：参加費 今回のみ時間変更	★生け花教室 10：30～11：30 予約制、要：参加費 SOMPO健康体操 14：00～16：00 ★パン販売 14：30～15：00 予約制	
22	23	24	25	26	27	28
スマイルヨガ 14：00～14：40 要：参加費 今回のみ日程変更	(オンライン) 歌の会 14：00～14：40 ★コープ移動販売 14：15～15：55 予約制	(オンライン) ピアノで歌う会 14：00～14：40	夕暮れのつどい 16：00～16：45	ローソン 移動販売 16：00～16：30	★訪問理美容 予約制 今回のみ日程変更 ★生け花教室 10：30～11：30 予約制、要：参加費 SOMPO健康体操 14：00～16：00	(オンライン) ヨガ教室 10:00～10:40
29	30	31				
	★コープ移動販売 14：15～15：55 予約制		 毎週金曜日、玄関と食堂の花が 活け替えられます。お楽しみに！！			

★訪問理美容、★コープ移動販売、★パン販売、★生け花教室、★美容レクリエーションは予約制となっています。
必ず事務所へ申し込みをお願いします。時間が決まり次第、別途ご連絡させていただきます。

参加費：生け花教室1,430円（材料費含む）、絵手紙教室330円、書道教室330円、スマイルヨガ330円
（いずれも税込、引落）