



みんなで歌おう！ 8月の「ギターに合わせて歌おう」はお休みして、カラオケ機器を使い、皆さまからのリクエスト曲を歌います。楽しく歌って、暑さを吹き飛ばしましょう！
日時：8月6日（水）10:00～11:00 当日先着：35名
※リクエストの曲は、当日募集します！



たのしく作ろう スペシャル
はつらつシニア応援塾を卒業した方が講師を務め、「花火」を制作します。



館内装飾お手伝い隊
壁面の制作を行います！

日時：8月2日（土）
10:00～11:30 自由参加

出来上がった作品は、かたくり福祉作業所さんに飾っていただきます。かたくり福祉作業所さんからも作品をお借りして館内に展示します。お楽しみに！



スマホ相談会
日時：8月4日（月）
①10:00～11:00 ②11:00～12:00
定員：各3名 申込：7月23日～先着順
※申込時に相談内容をご記入ください



初心者スマホ教室
日時：8月27日（水）
9:30～11:00
定員：6名
内容：練馬区の情報を知る



百人一首を楽しみましょう！
日時：8月20日（水）10:00～11:00
申込：7月23日～先着15名
※第1首～第25首の札を使用します！



8月の事業		実施日	時間	定員	持物・その他
事前抽選申込事業	水彩色鉛筆で塗り絵 ※どちらか1回のみ申込可	① 1日（金） ② 7日（木）	10:00～11:30	各18名	筆拭き布
	たのしく作ろう ※どちらか1回のみ申込可	①16日（土） ②26日（火）	10:00～11:30	各14名	のり・はさみ・ボンド
	やさしい折紙 ※どちらか1回のみ申込可	① 9日（土） ②13日（水）	10:00～11:30	各16名	のり・はさみ・ボンド
	書道教室	22日（金）	10:00～11:30	18名	書道道具一式・半紙・雑巾・新聞紙
	絵手紙教室	29日（金）	10:00～11:30	12名	道具一式・画仙紙・墨汁・筆拭き雑巾
	練馬健康いきいき体操 ※複数申込可	①14日（木） ②28日（木）	10:00～11:00	各25名	五本指ソックス・タオル・飲み物
	骨盤ストレッチ （ベルヴィスワーク）	8日（金）	10:00～11:00	12名	ヨガマット又はバスタオル、フェイスタオル・飲物
先着前	百人一首を楽しみましょう！	20日（水）	10:00～11:00	15名	飲み物 ※今回は、第1首～第25首を使用します
当日先着	看護師による健康相談会	5日（火）	10:10～11:00	自由参加	お気軽にご相談ください
	にこにこ健康体操	5日・12日 19日（火）	① 9:50～10:35 ②10:50～11:35	各回 20名	タオル・飲み物 ※8月から、45分体操になります
	レクダンス	2日・16日 （土）	13:30～15:00	各18名	皆さんで楽しく踊ります
	みんなで歌おう！	6日（水）	10:00～11:00	35名	リクエストの曲をカラオケの演奏に合わせて皆で歌います
	映画会	30日（土）	9:30～11:30	15名	上映内容は事務局にご確認ください
	ゲームを楽しもう	25日（月）	10:00～11:00	14名	ゲーム機でボーリングを楽しみます
	ポッチャを楽しもう	15日（金）	10:00～11:00	18名	汗拭きタオル・飲み物
	輪投げを楽しもう	18日（月）	10:00～11:00	18名	汗拭きタオル・飲み物
	館内装飾お手伝い隊	2日（土）	10:00～11:30	12名	季節の壁面づくりです

8月の抽選事業申込期間：7月23日（木）～25日（金） 電話での申込は25日（金）のみです。
結果発表：28日（月） 抽選に外れた方へは電話連絡します。抽選発表後、空きのある事業は先着順で受付ます。
※各事業は中止・変更の場合があります。

（注）熱中症特別警戒アラート発表時は、事業は中止となります。予めご了承下さい。

