



利用者懇談会を開催します



今年度の活動のご報告や、日頃、大泉北敬老館をご利用されている皆様からご意見などをお聞きし、より良い敬老館運営を目指して参ります。皆様のご参加をお待ちしております。
日時:3月12日(木) 11:10~11:50

作品展に出展します



3月14日(土)、15日(日)はつつつセンター大泉で行われる作品展に、大泉北敬老館の事業(書道・絵手紙・水彩塗り絵)と、今年度制作した、折紙・手工芸の作品を出展します。皆様の力作を是非ご覧ください

ポッチャ交流会!

3月のポッチャは、大泉北敬老館の団体の方々と交流会を行います。2月21日~事前先着で受け付けます!

スマホ相談会



日時:3月2日(月)
①10:00~11:00②11:00~12:00
定員:各回3名 申込:2月21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:3月25日(水)9:30~11:00
定員:6名 申込:2月21日~先着順
内容:地図、乗り換検索、インストール

東京都スマホ相談会

日時:3月7日(土)
9:30~12:30
申込:当日先着順

新しい職員が入ります

3月より、新しい職員が入ります。どうぞよろしくお願いたします。



3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 3日(火) ②13日(金)	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	16日(月)	① 10:00~11:30 ② 13:30~15:00	各16名	針、糸、ハサミ、ボンド、爪楊枝または竹ぐし
	やさしい折紙 ※どちらか1回のみ申込可	5日(木)	① 10:00~11:30 ② 13:30~15:00	各16名	ハサミ、のり、ボンド、爪楊枝または竹ぐし
	書道教室	6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	9日(月)	13:30~15:00	12名	道具一式・画仙紙・墨汁・筆拭き雑巾・のり
	練馬健康いきいき体操 ※複数申込可	① 12日(木) ② 26日(木)	10:00~11:00	各27名	五本指ソックス・タオル・飲み物
	骨盤ストレッチ (バルヴィスワーク)	27日(金)	10:00~11:00	14名	ヨガマット又はバスタオル、フェイスタオル・飲物
事前 先着	声活(こえかつ)	14日(土)	13:30~14:30	20名	飲み物
	理学療法士が伝える!介護予防・フレイル予防講座(オンライン講座)	19日(木)	14:30~15:30	10名	3月2日~申し込みです テーマ:内部疾患・身体症状、予防のまとめ
	洋楽フィットネス	24日(火)	13:30~14:15	16名	汗拭きタオル、飲み物
	百人一首を楽しみましょう!	18日(水)	13:30~14:45	15名	飲み物 ※今回は第76首~第100首の札を使用します
	ポッチャを楽しもう! (交流会)	30日(月)	13:30~14:40	18名	汗拭きタオル・飲み物
当日 先着	看護師による健康相談会	10日(火)	10:00~11:00	自由参加	お気軽にご相談ください
	にこにこ健康体操 ①②どちらかの時間でご参加ください	10日・17日 ・31日(火)	① 9:50~10:35 ②10:50~11:35	各回 20名	タオル・飲み物 ※3月の日程が、変則的になっています。ご注意ください!
	レクダンス	7日・21日 (土)	13:30~15:00	各18名	皆さんで楽しく踊ります
	ギターに合わせて歌おう	4日(水)	10:30~11:30	40名	ギターの演奏に合わせて楽しく歌います
	映画会	28日(土)	9:30~11:30	15名	上映内容は事務所にご確認ください
	ゲームを楽しもう	28日(土)	13:30~14:30	10名	ゲーム機を使ってボーリングを楽しみます
	輪投げを楽しもう	9日(月)	10:30~11:30	18名	汗拭きタオル・飲み物
	館内装飾お手伝い隊	11日(水) 23日(月)	10:00~11:30	自由参加	途中参加や早帰りも出来ます お気軽にご参加ください



3月の抽選事業申込期間:2月21日(土)~25日(水) 電話での申込は25日(水)のみです。
結果発表:27日(金) 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。中止の場合、右上二次元コードでも確認できます!

