

令和4年4月号

発行日：令和4年3月19日

練馬区立三原台敬老館

〒177-0031

練馬区三原台 2-11-29

Tel / Fax 03 (3924) 8834

URL <http://www.nerima-swf.jp/>



三原台 敬老館便り

★まん延防止等重点措置は3/21迄ですが今後とも利用の際は感染対策へのご協力をお願いします。

★お風呂は感染を避けることが難しいため利用を休止します。ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

シニア・ ヨガ	☆4月6日(水)、20日(水)、選外19日(火) ☆時間10:00~11:00 ☆定員22名 ☆場所大広間 ☆持物浴用タオル、飲物	にこやか 体操	☆4月4、11、18、25日(月) ☆時間 10:00~10:45 ☆場所大広間 ☆持物タオル、飲物
骨盤 ストレッチ	☆①4月7日(木)、15日(金) ②4月12日(火)、26日(火) ☆時間10:00~11:00 ☆場所大広間 ☆定員20名程度 ☆持物ヨガマットまたはバスタオル、浴用タオル、飲物	水彩色えん ぴつクラブ	☆4月8日(金) ☆時間午前の部10:00~11:30 午後の部13:30~15:00 ☆定員12名 ☆場所集会室 ☆持物飲物
健康 いきいき 体操	☆4月1日(金)、16日(土) ☆時間10:00~11:00 ☆場所大広間 ☆持物5本指ソックス、浴用タオル、飲物	書道	☆4月15日(金) ☆時間10:00~11:30 ☆定員12名 ☆場所集会室 ☆持物書道道具一式、飲物
フラダンス クラブ	☆4月13日(水)、27日(水) ☆時間10:00~11:00 ☆場所大広間 ☆持物タオル、飲物	今月の 作ってみよう	☆4月22日(金) ☆時間午前の部10:00~11:30 午後の部13:30~15:00 ☆定員12名程度 ☆場所集会室 ☆持物館内に掲示します
マイ ・ストレッチ	☆先生のご都合により お休みします。	川柳 道場	☆4月5日(火) ☆時間10:00~11:30 ☆定員12名 ☆場所集会室 ☆今月の題「高い」 ☆3/29(火)までに三句を句箋に書いて事前に提出してください。
★事業の申込方法が変更になりました★ 4月の事業の申込 → 3月25日(金)1日のみ 結果発表 → 3月28日(月) 希望どおりでない方のみ10時~11時の間電話します。 留守番電話に入っている時は折り返してください。		おいかみ 広場	☆4月9日(土) ☆時間午前10:00~11:30 午後13:30~15:00 ☆定員8名 ☆場所集会室 ☆持物館内に掲示します

お知らせ

🌸退職する職員よりご挨拶します🌸3年間お世話になりましたが、3月末で退職します。在職中は皆様には教えていただくことばかりでした。どうぞお元気で、敬老館に送り続けて下さい。(菅野順子)

🌸新しい職員よりご挨拶します🌸練馬中学校テイスサービスから異動になりました仲村弘美です。4月から三原台敬老館にお世話になります。一生懸命頑張りますのでよろしくお願いいたします。