

令和5年6月号

発行日：令和5年5月20日発行：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
Eメール:miharadai-keiroukan@nerima-swf.jp

三原台 敬老館便り



※事業講師が都合により急遽欠席になる場合があります。予めご承知下さい。

6月	事業内容	日時	定員	備考 (※飲物持参)
先着	【館】スマホ相談会	28日(水) ①13:00 ②13:30 ③14:00 ④14:30 ⑤15:00	各1名(計5名)	筆記用具 自身のスマホ
事前 申込 事業 (抽選)	骨盤ストレッチ	1日(木) 13日(火) 16日(金) 27日(火) 10:00~11:00	20名程度	ヨガマットまたは バスタオル 1人1回のみ参加
	シニア・ヨガ	7日(水) 12日(月) 21日(水) 10:00~11:00	15名	1人1回のみ の参加
	水彩色えんぴつクラブ	9日(金) ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	15名	
	おり紙広場	10日(土) ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	8名	持物は館内に 掲示
	知って得する スマホ教室	6月7日(水) 14:00~16:00 7月5日(水) ※2回連続講座になります。	6名	筆記用具
参加 自由 事業 (窓口 受付)	にこやか体操 (健康相談19日)	毎週月曜日 5日 12日 19日 26日 10:00~10:45	26名程度	
	健康いきいき体操	2日(金) 8日(木) 17日(土) 22日(木) 10:00~11:15	26名程度	浴用タオル 5本指靴下
	マイ・フィットネス	6日(火) 13:30~14:30 24日(土) 10:00~11:00	26名程度	タオル
	合唱カラオケ横丁	20日(火) 10:00~11:00	15名	
	三原台ポッチャーズ	3日(土) 13:30~14:30	15名程度	タオル
	eスポーツ	毎週月曜日 5日 12日 19日 26日 13:30~14:00	10名程度	タオル
	フレイル予防オンラ イン講座	15日(木) 14:30~15:30	10名程度	
	川柳道場	6日(火) 10:00~11:30	12名	句箋は事業の 際に先生に提 出下さい
	フラダンスクラブ	14日(水) 10:00~11:00 28日(水) 10:00~11:00	26名程度	
	書道	16日(金) 10:00~11:30	12名	書道一式
	もの作り交流会	29日(木) 10:00~11:30	12名	

☆6月事業申込み期間☆

申込み期間 5月22日(月)~25日(木) 抽選発表5月27日(土)

※抽選結果は、申込書に記載されている「通し番号」で館内に掲示します。