

い

ず

み

東大泉敬老館便り

9月



〒178-0063 練馬区東大泉 7-20-1

Tel/Fax03 (3921) 9129

E-mail e.oizumi-keiroukan@nerima-swf.jp

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

令和5年9月号(第186号)

発行日: 令和5年8月20日

敬老祭 9月18日(月) ・「結び箸置き作り」 9:30~11:30・14:00~15:00 先着順
 ・「オンラインボーリング大会」 13:00~14:00 事前申込
 作品展 9月18日~22日 事業に参加された皆様の作品を展示しています

9月の主な事業		実施日・時間	定員	持ち物・備考
(事業申込用紙で提出) 事前申し込み事業	健康いきいき体操	4日 10:30~11:30	15名	タオル・飲み物
	介護予防フィットネス	15日 14:00~15:00	15名	タオル・飲み物
	元気に!60分体操	1日・29日 10:30~11:30	各12名	タオル・飲み物
	みんなで体操	11日 13:30~14:00	15名	タオル・飲み物
	オンラインフレイル予防講座	21日 14:30~15:30	12名	タオル・飲み物
	洋楽ピクス	25日 13:30~14:15	12名	飲み物
	お口すっきり体操	22日 10:00~11:30	12名	飲み物
	書道教室	11日・25日 10:00~11:30	各8名	書道道具一式 飲み物
	絵手紙入門	19日 10:00~11:30	6名	用具一式・お手本 飲み物
	塗り絵クラブ	2日・9日 10:00~11:30	各10名	消しゴム・飲み物
	エンディングノート 血管年齢測定	8日 14:00~16:00	20名	飲み物

当日先着順窓口受付事業	スマイル体操	5日・12日・26日 10:30~11:00	各15名	タオル・飲み物
	やさしい体操	毎週水曜日・土曜日 13:30と13:45	各15名	飲み物
	うた体操	15日 10:30~11:15	15名	飲み物
	健康相談会	12日 11:00~11:30	15名	飲み物
	わなげスポーツ	7日・19日 14:00~15:00	各10名	飲み物
	eスポーツにトライ	4日・12日 14:00~15:00	各8名	飲み物
	ぬりえにチャレンジ	14日 10:00~11:30	8名	飲み物
	映画の会	29日 13:00~15:00	15名	飲み物
	東大泉トークサロン	20日 14:00~15:00	12名	飲み物
	都・スマホ相談会	28日 13:00~16:00	12名	スマホ・飲み物

8/21 受付 開始	自・スマホ相談会	21日 10:00~11:00 11:00~12:00	各5名	スマホ・飲み物
	自・スマホ教室	26日 13:30~15:30	5名	スマホ・飲み物

登録制事業の麻雀参加者に付いては、敬老館より順番にお電話します。ご不明点等は職員にご確認下さい。

登録制	初級マージャンクラブ	8日・30日 9:30~11:45	各16名	飲み物
	健康マージャンクラブ	6日・13日・20日・27日 9:30~11:45	各20名	飲み物