

〒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11月号(第188号)

発行日: 令和5年10月20日

10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	6日 10:30~11:30 20日 13:30~14:30	各15名	タオル・飲み物
	元気に60分体操	2日・17日 10:30~11:30	12名	タオル・飲み物
	みんな体操	13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	16日 14:30~15:30	12名	タオル・飲み物
	洋楽ピクス	27日 13:30~14:15	12名	タオル・飲み物
	いどばた音活会	4日 10:30~11:30	20名	飲み物
	塗り絵クラブ	11日・18日 10:00~11:30	各10名	消しゴム・飲み物
	絵手紙入門	21日 10:00~11:30	6名	用具一式・お手本 飲み物
	書道教室	13日・27日 10:00~11:30	各8名	書道道具一式 飲み物
	楽しんで作ろう	9日 1回目 9:30 2回目 10:00	各10名	飲み物
	キャンドルライト作り	24日・30日 13:30~15:30	各10名	展示見本で確認 飲み物
	交通安全講座	8日 10:00~11:00	20名	飲み物
	子供とバルンアート交流会	8日 15:00~16:00	5名	飲み物

当日先着順窓口受付事業	スマイル体操	7日・14日・28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	24日 10:30~11:15	15名	飲み物
	健康相談会	14日 11:00~11:30	15名	飲み物
	わなげスポーツ	6日・14日 14:00~15:00	各8名	飲み物
	eスポーツにトライ	17日・22日 14:00~15:00	各8名	飲み物
	ぬりえにチャレンジ	20日 10:00~11:30	8名	飲み物
	東大泉トークサロン	15日 14:00~15:00	12名	飲み物
	映画の会	21日 13:00~15:00	15名	飲み物
	都・スマホ相談会	9日 13:00~16:00	12名	スマホ・飲み物
10/21 受付開始	自・スマホ相談会	16日 10:00~11:00 11:00~12:00	各5名	スマホ・飲み物
	自・スマホ相談会	28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	10日・25日 9:30~11:45	各16名	飲み物
	健康マージャンクラブ	1日・15日・22日・29日 9:30~11:45	各20名	飲み物