



# 8月 カレンダー 2022

はつらつ大泉便り

日	月	火	水	木	金	土			
下のQRコードは、 はつらつセンター 大泉のホームページに つながります。 ご利用ください！ 	<b>1</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～	<b>2</b>	<b>3</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～	<b>4</b>	<b>5</b> わくわく絵本 ・14:00～ 	<b>6</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～			
	<b>団体抽選 申込み開始</b>	<b>事業抽選 申込み締切</b>	<b>事業抽選 結果発表</b>	<b>7</b>	<b>8</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～ コラボde 省エネルギーセンター ・10:30～ 	<b>9</b> ミュージカル ピクス ・10:00～  iPad ステップUP編 ・10:30～ 	<b>10</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～	<b>11</b> パソコン・スマホ 相談会 ・13:00～ ・14:10～  げんきUP体操 ①13:30～ 	<b>12</b>
<b>団体抽選 申込み締切</b>	<b>健やか ストレッチ</b> ①13:30～ 	<b>14</b>	<b>15</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～	<b>16</b> 季節の壁面 制作応援団 ・10:00～  楽・スマホ体験 ①10:30～ 	<b>17</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～ カレンダー作り ・13:30～  楽・スマホ ステップUP編 ①13:30～ 	<b>18</b> 運動スキル・ 知識アップ講座 ～理学療法士が 伝えるフレイル予 防！～ 糖尿病の予防 ・14:30～ 	<b>19</b> おりがみ教室 ①10:00～ ②13:30～ 	<b>20</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～	
<b>21</b>	<b>22</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～ 手工芸教室 ①10:00～ ②13:30～ 	<b>23</b> 楽・スマホ体験 ②10:30～ 	<b>24</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～ ヘルシー フラダンス ・13:00～ 	<b>25</b> 映画会 ・9:30～  健やかストレッチ ②10:00～  パソコン相談会 ・13:00～ ・14:10～  げんきUP体操 ②13:30～ 	<b>26</b> 絵てがみ教室 ・14:00～ 	<b>27</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～ 書道教室 ・14:00～ 			
<b>館内清掃 17時閉館</b>	<b>28</b>	<b>29</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～ レクスポ教室 ・14:00～ 	<b>30</b> 楽・スマホ ステップUP編 ②10:30～ 	<b>31</b> <b>はつらつ体操</b> ・9:30～・10:30～ 腰痛体操と 音楽講座 ・10:00～ 					

## 事前申込・先着順

受付開始 7月25日 午前9時～

事務所に直接お申し込みください（電話申し込み不可）

### わくわく絵本

・8月5日(金) 14:00～15:00 ■会場：集会室 ■定員：20名 ■持物：飲物  
★「夏休み企画」夏に思う 夏の色々いっぱい



### コラボ de 省エネルギーセンター 酷暑 今年の夏、役立てよう「省エネセミナー」

・8月8日(月) 10:30～11:30 ■会場：集会室 ■定員：20名 ■持物：飲物



## 事前申込・抽選

申込期間 お便り配布～8月2日まで 事務所に直接申込

電話申込 8月1日、2日の2日間（10:00～17:00）

抽選結果 8月5日に館内掲示で発表（電話でのお問合せ可）

### パソコン・スマホ相談会

◆専用の申込み用紙をご使用ください

※1人1回

①8月11日(木) ②8月25日(木) 各)13:00～14:00 / 14:10～15:10

■会場：パソコンコーナー ■定員：各5名 ■持物：筆記用具 ◆講師：練馬ITリーダーの会



◆お知らせ◆ **パソコン・スマホ相談会**の申込み方法は  
今月より先着順ではなく、抽選になります。

### レクスポ教室 ●輪投げ

・8月29日(月) 14:00～15:30

■会場：集会室 ■定員：20名 ■持物：飲物



### 気軽に水彩ぬり絵

・8月13日(土) 14:00～15:30

■会場：集会室 ■定員：16名 ■持物：筆拭きタオル



### 絵てがみ教室

・8月26日(金) 14:00～15:30

■会場：集会室 ■定員：10名

■持物：鉛筆、消しゴム、筆拭きタオル



### iPad ステップUP編

タブレットをお貸出します。

・8月9日(火) 10:30～12:00

★基本操作可能な方対象

■内容：iPadの便利さを知りましょう

■会場：娯楽室 ■定員：5名 ■持物：無し



### 書道教室

・8月27日(土) 14:00～15:30

■会場：集会室 ■定員：10名

■持物：道具一式、半紙、新聞紙、雑巾



### 初めて楽・スマホ体験

※1人1回

①8月16日(火) 10:30～12:00

②8月23日(火) 10:30～12:00

★基本編。初心者対象

■内容：さわってみようスマホ

スマホをお貸出します。

■会場：娯楽室 ■定員：各5名 ■持物：無し



### 健やかストレッチ

※1人1回

①8月8日(月) 13:30～14:30

②8月25日(木) 10:00～11:00

■会場：トレーニング室 ■定員：各15名

■持物：飲物、大判タオル(60×180cm程度)



### 楽・スマホ ステップUP編

①8月17日(水) 13:30～15:00

②8月30日(火) 10:30～12:00

★基本操作可能な方対象

■内容：スマホの便利さを知りましょう

■会場：娯楽室 ■定員：5名 ■持物：無し

### おりがみ教室

※1人1回

#### ●「リボン」

①8月19日(金) 10:00～11:30

②8月19日(金) 13:30～15:00

■会場：集会室 ■定員：各18名 ■持物：ハサミ



### 手工芸教室

※1人1回

#### ●「シーグラスアート」

①8月22日(月) 10:00～11:30

②8月22日(月) 13:30～15:00

■会場：集会室 ■定員：各18名

■持物：ボンド、ハサミ



### ヘルシーフラダンス

・8月24日(水) 13:00～14:00

■会場：トレーニング室 ■定員：10名

■持物：飲物、筆記用具



### カレンダー作り

#### ●「秋刀魚」

・8月17日(水) 13:30～15:00

■会場：集会室 ■定員：18名

■持物：のり、ハサミ、色鉛筆



### げんきUP体操

※1人1回

①8月11日(木) 13:30～14:30

②8月25日(木) 13:30～14:30

■会場：トレーニング室 ■定員：各20名

■持物：タオル(80cm程度)、飲物

