

春日町 敬老館便り

発行日：平成29年12月1日
〒179-0074 練馬区春日町2-28-3
Tel/Fax 03(3998)8798
※最寄りのバス停「練馬東中学校」から徒歩5分

12月号



「黒田先生体操教室」

参加自由！練馬高松園支所様が来ます
日時：12/13(水)10:30~11:30
楽しく体操をします！

ゆず湯

日時：12/20(水)
1:00~4:00
浴槽にゆずを浮かばせます。

クリスマス交流会

※どなたでも参加できます！
日時：12/19(火)10:00~11:30
いきがいデイサービス、幼児教室、敬老館による出し物があります。



12月の事業	↓申込みが必要な事業	実施日・時間・定員	内容
「物づくりクラブ」 “お正月のミニリース作り”	① 12/13(水) ② 12/14(木)	10:00~11:30 定員10名	※①・②の日程どちらかをお選びください。
「俳画教室」	12/20(水)	10:00~12:00 定員12名	※先生がわかりやすく教えて下さいます。顔彩絵具で俳画を描きます。

↓当日先着順の事業

「小さな映画会」	12/16(土)	10:00~12:00 先着20名	※上映作品につきましては、事務局にお問合わせください。
「知っ得スクール ”まつぼっくり” 情報について行こう！③」	12/22(金)	14:00~15:00 先着18名	※練馬高松園支所様が来ます。 ※皆様の暮らしに役立つ講座です。

↓申込みがいない事業

「いきいき体操」 ※各自タオルをお持ち下さい。	12/5(火) 19(火)	13:30~14:30 自由参加	※「練馬区いきいき体操」を基に運動や頭の体操を行います。
「フラダンス教室」	12/5(火)	10:30~11:30 自由参加	※先生が丁寧に教えて下さいます。
「健康体操」	12/15(金)	10:00~11:00 自由参加	※元気が出る音楽に合わせて椅子に座った体操をします。
「ピアノに合わせて ハーモニー」	12/15(金)	14:00~15:00 自由参加	※ピアノの生演奏に合わせて歌唱、ナツメロなどを皆で歌います。皆で歌えば怖くない！！
「輪投げクラブ」	12/5(火) 19(火)	13:30~15:00 自由参加	※輪投げをやって楽しめます。
「輪投げの会」	12/12(火) 26(火)	13:30~15:00 自由参加	※輪投げをゲーム形式で楽しめます。
「さわやか体操」	12/22(金)	10:30~11:00 自由参加	※「きょうは何の日」暦を振り返ります。 「脳トレ」「体操」を行います。
「手話体操」	12/8(金)	10:00~11:00 自由参加	※簡単な「手話」で挨拶をします。歌いながら手話を行います。

★事前にお申込みが必要な事業は、月始め開館日午前9時から申込みを受け付けています。
(直接お電話でも可能です)