

春日町 敬老館便り

発行日：平成31年2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

2月号



「ラダーって何だ〜」

参加自由！**頭を使う運動です！！**

日時：2/8（金）10：00～11：00

*講師の先生が来ます！

「黒田先生体操教室」

練馬高松園様に来ます 参加自由！

日時：2/5（火）10：30～11：30

楽しく体操をします！

「春の俳画展」

場所：春日町図書館ギャラリー

期間：2/13（水）～21（木）

俳画教室の方の作品を展示します。

2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」 “古布で作る、ももの花”	① 2/13（水） ② 2/14（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」	2/20（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。
「ぬり絵クラブ」	2/18（月） 13:30～14:30 定員5名	※職員とおしゃべりをしながらぬり絵を楽しみます。画材は「クリスマス」です。

↓**当日先着順の事業**

「小さな映画会」	2/23（土） 10:00～12:00 先着18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。
「ラダーって何だ〜」	2/8（金） 10:00～11:00 先着15名	※健康運動指導員の講師が楽しく頭を使う体操を行います。

↓**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。	2/5（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」	2/18（月） 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」	2/15（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」	2/15（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」	2/5（火） 19（火） 13:30～15:00 自由参加	※輪投げをやって楽しみます。
「輪投げの会」	2/12（火） 26（火） 13:30～15:00 自由参加	※輪投げをゲーム形式で楽しみます。
「さわやか体操」 ※各自タオルをお持ち下さい。	2/22（金） 10:00～11:00 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。

★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。