

春日町 敬老館便り

発行日：平成31年3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

3月号



春の演芸大会

3月14日(木) 10時～15時半(予定)
*どなたでも見学できます。
ぜひお越しくださいませ!

どなたでも参加できます
練馬東中学校吹奏学部・地域コンサート
3月2日(土) 14時～15時
中学生の地域演奏会です!

いきいき体操スペシャル

3月22日(金) 14時～15時半
運動指導員が来館されます。

3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」 “和布で作る、梅の花”	①3/8(金) ②3/9(土) 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」	3/20(水) 10:00～12:00 定員12名	※先生がわかり易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」	3/25(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「上石の不動桜」です。
「折り紙クラブ」	3/27(水) 10:00～12:00 定員10名	※楽しく折り紙をやります。今月は「八角型の小箱」です
当日先着順の事業 「小さな映画会」	3/30(土) 10:00～12:00 先着18名	※上映作品につきましては、事務所にお問合わせください。

↓申込みがいらぬ事業

フリフリグッパ―体操 練馬高松園包括支援センター	3/12(火) 10:30～11:30 自由参加	※楽しい曲にあわせて、歌を歌いながら簡単にできる運動です。
「いきいき体操」 ※各自タオルをお持ち下さい。	3/5(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」	3/11(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」	3/15(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」	3/15(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」	3/5(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」	3/12(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」 ※各自タオルをお持ち下さい。	3/29(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。

