

春日町 敬老館便り

発行日：令和元年8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

8月号



敬老の日、演芸大会

9月16日(月) 10時～15時半(予定)
出演者募集：8月1日(木)～16日(金)
定員になりしだい募集終了となります。詳細は職員まで！

申し込みが必要な事業

変わり湯

8月23日(金)
13:00～16:00
にごり湯を予定。

フリフリグッパ 体操

8月20日(火)
10:30～11:30
どなたでも参加できます

8月の事業

↓申し込みが必要な事業

実施日・時間・定員

内容 事業の申し込みは8/1から

「物づくりクラブ」 “ピエロのコサージュ”	① 8/28(水) ② 8/29(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」定例	8/21(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。
「秋の風物を描こう」	8/7(水) 10:00～12:00	定員12名	※顔彩絵具で秋の風物を描きます。
「ラダー体操」	8/23(金) 13:30～15:00	定員12名	※健康運動指導員の指導の下体操を楽しみます。

↓当日先着順の事業

「小さな映画会」	8/31(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。
「ねりま ゆる×らく体操」	8/30(金) 13:30～15:00	先着20名	※体操指導員の講師による運動プログラムです。

↓申し込みがいない事業

「いきいき体操」 ※各自タオルをお持ち下さい。	8/6(火) 20(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」	8/6(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」	8/16(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」	8/16(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」	8/6(火) 20(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」	8/13(火) 27(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。	8/23(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。