

大泉北敬老館便り

おおきた通信

発行日：令和2年10月1日

〒178-0061 練馬区大泉学園町4-21-1

Tel/Fax 03(3925)7105

※最寄りのバス停「大泉郵便局」から徒歩3分

10月号

第133号



※申込が必要です!!

「皆で楽器をならそう」

カラオケの曲に合わせてスズ、カスタネット、タンバリンなどの楽器を鳴らします。※歌いません。定員10人
日時 10月17日(土)
10時~10時45分

※申込が必要です!!

「ギターとフルートの演奏会」

ギターとフルートの演奏を行います。人数制限があり申し込み制とします。※歌いません。定員10人
日時 10月21日(水)
10時~10時45分

♥ “脳トレにチャレンジ” ♥

カレンダー、間違え探し、計算や答えなどワンセットになりました。ご自宅に持ち帰りチャレンジすることもできます。ご自由にお持ちになれますので、お気軽に来館ください。お待ちしております。

※お風呂は3密が避けられないため当面休止しています。

※館内ではマスク着用にご協力ください。

※カラオケの利用中以外の方は飲食はできますが、食べ物を他人と分け合うことはできません。

※館ではお茶の提供は休止していますので、各自で飲み物を持参してください。

10月の事業	↓ 申込みが必要な事業		実施日・時間・定員	内容 10/1から事業申込受付
輪投げを楽しむ	10/3(土)	10:00~11:00	定員10名	※輪投げを楽しみます。
水彩色鉛筆で塗り絵 ※いずれかの日にちをお選び下さい。	6(火) 9(金) 13(火)	10:00~11:30	定員10名	※描き方によっては水彩画のようになります。 ※お一人様1回のみです。
「いろいろ作ってみよう」 ※今月より1回に変更になりました。	10/26(月)	10:00~11:30	定員10名	※「透かしのペン立て」を行います。
「にこにこ健康体操」	1(木) 8(木) 15(木) 22(木) 29(木)	10:00~10:40	定員10名 ※複数回申込み可	※椅子に座ってできる体操を行います。15日は看護師に健康相談もできます。
「練馬健康いきいき体操」 ※各自タオルをお持ち下さい。	10/10(土)	10:00~11:00	定員10名	※「練馬いきいき体操」をベースに、運動や脳トレを行います。
「フルートで刻む 懐かしのメロディ」	10/7(水)	10:00~10:45	定員10名	※音楽に合わせて、手拍子や打楽器などで合奏します。 ※歌いません。
「折紙教室」	10/5(月)	10:00~11:30	定員10名	※簡単な折紙で、「ふくろうともみじ」を作ります。
「書道教室」	10/16(金)	10:00~11:30	定員10名	※書道道具一式(半紙含む)をお持ち下さい。
「絵はがきクラブ」	10/2(金)	10:00~11:30	定員10名	※顔彩などで、ご自身で思いおもいに描きます。
「ホーム喫茶」	10/24(土)	10:00~10:45	定員10名	※ゲームをやって楽しみます。 ※お茶は休止します。
「皆で踊ろう」	毎週土曜日	13:00~15:00	定員12名	※簡単な盆踊り系の踊りです
「映画鑑賞会」 ※部屋は暗くなりません	10/27(火)	9:30~11:30	定員10名	※上映内容につきましては事務所にご確認下さい。
「ギターに合わせて歌おう」 「皆で歌おう」	今月	中止します。		

