

大泉北敬老館便り

おおきた通信

発行日：令和3年3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

3月号

第138号



大泉北敬老館が休館します。

- ・3月24日(水)～9月30日(木)の期間は、練馬区のワクチン保管施設として利用されることになり休館となります。
- ・利用証の更新手続きに関して他の敬老館・はつらつセンターを利用されるご予約がありましたらそちらの館で更新の手続きをなさっていただければ幸いです。
- ・大泉北敬老館では10月の再開後更新の受付を行います。

再開の日までお元気で!!

認知症サポーター養成講座

認知症のことを理解し、いざとなった時に支えることができる為の講座を行います。
 講師は当館の館長です。

日時：3月8日(月)
 午後1時～2時
 申込制 定員10名

フリフリグッパ

脳フィットネス体操「フリフリグッパ」を体験してみませんか。居場所づくりグループの皆様が来館します。

日時：3月17日(水)
 10時～10時45分
 申込制 定員10名

3月の事業	実施日・時間・定員		内容 3/1から事業申込受付
輪投げを楽しむ	3/6(土) 10:00～10:45	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。	9(火) 16(火) 19(金) 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。
にこにこ健康体操	4(木) 11(木) 18(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。18日は看護師の健康相談もあります。
練馬健康いきいき体操 ※各自タオルをお持ち下さい。	3/13(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。
フルーツで刻む 懐かしのメロディ	3/10(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。
いろいろ作ってみよう ※いずれかの日にちをお選び下さい。	3(水) 8(月) 10:00～11:30	定員6名	※「リボンのブローチ」を作ります。 ※お一人様1回のみです。
書道教室	3/12(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	3/5(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	3/23(火) 10:00～10:45	定員10名	※ゲームをやって楽しめます。 ※お茶は休止します。
皆で踊ろう	6(土) 13(土) 13:00～14:00	定員12名	※盆踊り系の踊りです
皆で楽器をならそう	3/2(火) 10:00～10:45	定員10名	※カラオケの曲に合わせて楽器をならします。※歌いません。
映画鑑賞会 ※部屋は暗くなりません	3/15(月) 13:00～15:00	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」・・・中止します。