

大泉北敬老館便り

おおきた通信

発行日：令和4年11月20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

12月号



第147号

★感染症対策にご協力をお願いします。

・館内でのマスクの着用・手指消毒・三密回避

12月の事業		実施日・時間	定員	備考
事前申し込み抽選事業	水彩色鉛筆で塗り絵 ※どちらか1回のみ申込可	①13日(火) ②23日(金) 10:00~11:30	各14名	持物：なし
	たのしく作ろう ※どちらか1回のみ申込可	① 7日(水) 10:00~11:30 ② 9日(金) 13:30~15:00	各10名	持物：針・縫い糸(白) ハサミ
	やさしい折紙 ※どちらか1回のみ申込可	①14日(水) 13:30~15:00 ②19日(月) 10:00~11:30	各10名	持物：なし
	書道教室	16日(金) 10:00~11:30	14名	持物：書道道具一式・半紙 雑巾・新聞紙
	映画会	24日(土) 9:30~11:30	15名	上映内容は事務所にご確認ください。
	皆でエンジョイ☆レク	21日(木) 10:00~11:00	10名	ゲームや脳トレを楽しみます。
	輪投げを楽しもう	22日(金) 10:00~11:00	10名	持物：飲み物
	にこにこ健康体操 ※複数回申込可	毎週木曜日1日・8日・15日 10:00~10:40	各20名	持物：タオル・飲み物
	リズムであそぼう ※複数回申込可	6日・13日・27日(火) 10:00~11:00	各15名	持物：飲み物
	練馬健康いきいき体操 ※どちらも申込可	①10日(土) ②26日(月) 10:00~11:00	各20名	持物：タオル・飲み物
	骨盤ストレッチ	9日(金) 10:00~11:00	12名	ヨガマット又はバスタオル フェイスタオル・飲み物
	エッグドール作り	5日(月) 10:00~11:30	10名	持物：なし
	絵手紙教室	12日(月) 10:00~11:30	10名	持物：顔彩(お持ちの方)
	ギターに合わせて歌おう	14日(水) 10:30~11:30	30名	ギターに合わせて、皆で歌いましょう。
	スマホ教室 ※どちらも申込可 ①メールの利用方法 ②地図アプリの利用方法	8日(木) ①13:00~14:00 ②14:30~15:30	各10名	①は、メールの利用方法 ②は、地図アプリの利用方法を学びます。※どちらも申込可
スマホ教室 「SNS・コミュニケーションの利用方法」	19日(月) 13:30~14:30	10名	SNS・コミュニケーションの利用方法を学びます。	
申先着	オンラインフレイル予防講座	15日(木) 14:30~15:30	10名	12月 1日(木)~先着申込
当日先着	スマホ相談会	① 3日(土) ②17日(土) 9:30~12:30	自由参加	機器の貸し出しはありません。 スマートフォンをお持ちください。
	看護師による健康相談会	1日(木) 10:00~11:00	自由参加	お気軽にご相談ください。
	ゲームを楽しもう	3日・17日(土) 13:30~14:30	自由参加	ゲーム機でボーリングを楽しみます。
12月の抽選事業申込期間：11月21日(月)~24日(木)(電話での申込は24日(木)のみです。) 結果発表：26日(土)※抽選に外れた方へは10時~11時の間に電話連絡いたします。 抽選発表後、空きのある事業は先着順で受付いたします。感染症拡大状況により、中止・変更の場合があります。				