

大泉北敬老館便り おおきた通信



発行日：令和6年2月20日 第162号
〒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

スマホ相談会

日時：3月4日(月)
①10:00~11:00 ②11:00~12:00
定員：各3名 2月21日~事前申込先着順
申込時に相談内容をご記入ください。

初心者スマホ教室

日時：3月22日(金) 13:30~15:30
定員：5名 2月21日~事前申込先着順
内容：地図の使い方

セーフティ教室

日時：3月6日(水)
10:30~11:30
定員：15名
2月21日~事前申込先着順
石神井警察署から「特殊詐欺」の被害事例や被害防止策などのお話をさせていただきます。

エッグドール教室

日時：3月27日(水) 10:00~11:30
定員：10名
申込：2月21日~24日 抽選申込
※2月のエッグドール教室と同じ作品です。
※2月のエッグドール教室に参加された方はお申し込みできません

3月の事業		実施日	時間	定員	備考
事前 抽選 申込 事業	水彩色鉛筆で塗り絵 ※どちらか1回のみ	① 1日(金) ②12日(火)	10:00~11:30	各14名	持物：筆拭き布
	やさしい折紙 ※どちらか1回のみ	18日(月)	①10:00~11:30 ②13:30~15:00	各12名	持物：のり・ハサミ
	スペシャル事業 エッグドール教室	27日(水)	10:00~11:30	10名	持物：なし
	書道教室	22日(金)	10:00~11:30	16名	持物：書道道具一式・半紙 雑巾・新聞紙
	絵手紙教室	11日(月)	10:00~11:30	10名	持物：詳細は館内のポスター をご覧ください。
	ポッチャを楽しもう	2日(土) 16日(土)	10:30~11:30	18名	持物：飲み物
	輪投げを楽しもう	6日(水)	13:30~14:30	18名	持物：飲み物
	リズムでダンス ※複数回申込可	15日(金) 19日・26日(火)	13:30~14:30 10:00~11:00	各25名	持物：飲み物
	練馬健康いきいき体操 ※どちらも申込可	① 9日(土) ② 25日(月)	10:00~11:00 10:00~11:15	各20名	持物：五本指ソックス・ タオル・飲み物
	骨盤ストレッチ (ペルヴィスワーク)	8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

当日 申込 先着 順	看護師による健康相談会	7日(木)	10:00~11:00	自由参加	お気軽にご相談ください。
	にこにこ健康体操	毎週木曜日	10:00~10:40	各35名	持物：タオル・飲み物
	レクダンス	2日(土) 16日(土)	13:30~15:00	各18名	「盆踊り」風の踊りを皆で 楽しく踊ります。
	ギターに合わせて歌おう	13日(水)	10:30~11:30	40名	ギターの演奏に合わせて皆で 歌いましょう。
	映画会	30日(土)	9:30~11:30	15名	上映内容は事務所に ご確認ください。
	ゲームを楽しもう	30日(土)	13:30~14:30	10名	ゲーム機でボーリングを 楽しめます。
	館内装飾手伝い隊	4日(月)	13:30~15:00	自由参加	折り紙の花で館内を飾る お手伝いをお願いします。

3月の抽選事業申込期間：2月21日(水)~24日(土) (電話での申込は24日(土)のみです。)
結果発表：26日(月) ※抽選に外れた方へは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。中止・変更の場合があります。