



絵本の読み聞かせ&お子さんとポッチャ交流

お子さんが自分で選んだ絵本を、読み聞かせてくれる会を、今年も行います！どんな絵本に出会えるのでしょうか？お子さんとポッチャも楽しめます！ 日時：12月13日(土) 10:00～11:45
申込：11月21日～事前先着順 定員：14名



セーフティ教室



年末にかけて、詐欺の被害が増えると言われています。石神井警察の方をお招きして、防犯についてお話いただきます。

日時：12月10日(水) 10:30～11:20

申込：11月21日～事前先着順 定員：18名

スマホ相談会

日時：12月1日(月)

①10:00～11:00 ②11:00～12:00

定員：各3名 申込：11月21日～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：12月24日(水) 9:30～11:00

定員：6名 申込：11月21日～先着順

内容：メール応用(LINEを使いこなそう)

東京都スマホ相談会

日時：12月20日(土)

9:30～12:30

定員：12名程度

申込：当日先着順



～お知らせ～

館内装飾お手伝い隊で
作成した壁面が、かたくり
福祉作業所の「作品展」に
飾られます！

12月の事業		実施日	時間	定員	持物・その他
事前抽選 申込事業	水彩色鉛筆で塗り絵 ※どちらか1回のみ申込可	① 5日(金) ② 12日(金)	10:00～11:30	各18名	筆拭き布
	たのしく作ろう ※どちらか1回のみ申込可	15日(月)	① 10:00～11:30 ② 13:30～15:00	各14名	のり・はさみ・ボンド
	やさしい折紙 ※どちらか1回のみ申込可	4日(木)	① 10:00～11:30 ② 13:30～15:00	各16名	はさみ・ボンド
	書道教室	19日(金)	10:00～11:30	18名	書道道具一式・半紙・雑巾・新聞紙
	絵手紙教室	8日(月)	13:30～15:00	12名	道具一式・画仙紙・墨汁・筆拭き雑巾
	練馬健康いきいき体操 ※複数申込可	① 11日(木) ② 25日(木)	10:00～11:00	各26名	五本指ソックス・タオル・飲み物
	骨盤ストレッチ (パルヴィスワーク)	26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
事前先着	セーフティ教室	10日(水)	10:30～11:20	18名	11月21日～申込
	絵本の読み聞かせ& ポッチャ交流会	13日(土)	10:00～11:45	14名	11月21日～申込
	百人一首を 楽しみましょう！	19日(金)	13:30～14:45	12名	11月21日～申込 ※第1首～第25首の札を使用します
	洋楽フィットネス	23日(火)	13:30～14:15	16名	11月21日～申込 汗拭きタオル、飲み物ご持参ください
	理学療法士が伝える！介護予防・ フレイル予防講座(オンライン)	18日(木)	14:30～15:30	10名	12月1日～の申込 テーマ：心疾患の予防
当日先着	看護師による健康相談会	2日(火)	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	2日・9日・ 16日(火)	① 9:50～10:35 ② 10:50～11:35	各回 20名	①・②どちらかの時間でご参加ください タオル・飲み物
	レクダンス	6日・20日 (土)	13:30～15:00	各18名	皆さんで楽しく踊ります
	ギターに合わせて歌おう	3日(水)	10:30～11:30	40名	ギターの演奏に合わせて歌いましょう
	映画会	27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	5日(金)	13:30～14:30	12名	ゲーム機でボーリングを楽しみます
	ポッチャを楽しもう	17日(水)	10:30～11:30	18名	汗拭きタオル・飲み物
	輪投げを楽しもう	8日(月)	10:00～11:00	18名	汗拭きタオル・飲み物
	館内装飾お手伝い隊	① 10日(水) ② 22日(月)	13:30～14:30 10:30～11:30	10名	年明けの壁面制作を行います



12月の抽選事業申込期間：11月21日(金)～25日(火)(電話での申込は25日(火)のみです。)
結果発表：27日(木)抽選に外れた方へは電話連絡します。抽選発表後、空きのある事業は先着順で受付ます。
※各事業は中止・変更の場合があります。中止の場合、右上のQRコードでも確認できます！

