

平成27年 4月号

# 三原台

## 敬老館便り

発行日：平成27年4月1日

練馬区立三原台敬老館  
〒177-0031

練馬区三原台2-11-29 社会福祉事業団  
Tel / Fax 03 (3924) 8834  
URL <http://www.nerima-swf.jp/>



私たち練馬区社会福祉事業団が三原台敬老館の運営を任されてから、一年が経過しました。今後も引き続き皆様と同じ時間を過ごさせていただきながら、地域の皆様にお喜びいただける施設運営に努めてまいります。どうぞよろしくお願いたします。職員一同

### 小さな映画会



4月15日(水) 10時～2時間程度

こじんまりとした映画会です。先着20名になります。上映作品は職員にお尋ねください。

### ストレッチ健康体操 参加者募集！(前期)

平成27年度前期の参加者を募集します。

参加をご希望される方は、下記申込期間中に申込み用紙にご記入のうえ事務室にご提出ください。30名がご参加できますが、応募多数の場合は抽選で決定されます。

申込み期間：4月13日(月)～20日(月)  
抽選会：4月21日(火) 1時～娯楽室にて

募集、開催日程等詳細については、館内掲示のポスターをご覧ください。

### 健康いきいき体操

☆4月3日、10日、24日(金)

午後1時半～2時半

☆集会室にて ☆自由参加です。  
☆お申込みは必要ありません。



### ♪音がく健康塾♪



4月15日(水) 3時～4時

健康増進！認知症予防！

今よりもっと若く元気にないましょう！

演奏に合わせたリズム体操や、音楽を通しての脳トレ、歌や合唱などを楽しく行います。お気軽にご参加ください！

### 節句飾りを作ろう

☆①4月16日(木)、②4月17日(金)

いずれも1時半～3時

☆無料、各回先着15名になります。  
☆集会室にて ☆持ち物：ポンド、はさみ  
☆お申込み開始：4月1日(月)

### ディスクン

☆4月14日、28日(火) 午後1時半～3時半

☆集会室にて

☆お申込みは必要ありません。



### 輪投げ

☆4月6日、13日、20日、27日(月)

午後1時半～3時

☆集会室にて

☆お申込みは必要ありません。



回数増加！  
時間延長！

### ◆◆◆練馬区立敬老館のご利用方法◆◆◆

- ☆練馬区在住で60歳以上の方ならどなたでもご利用になれます。
- ☆「利用証」(男性：水色、女性：ピンク)は保険証・免許証等の公的な身分証明書と、緊急連絡先の住所・電話番号をお持ちいただければ発行できます。
- ☆発行した「利用証」で、区内全ての敬老館、高齢者センターをご利用いただけます。また、高齢者センターの利用証でも敬老館をご利用いただけます。
- ☆開館時間は 月～土 午前9時から午後5時までです。