

平成27年 6月号

三原台

敬老館便り

発行日：平成27年6月1日

練馬区立三原台敬老館
〒177-0031

練馬区三原台2-11-29
Tel / Fax 03 (3924) 8834

URL <http://www.nerima-swf.jp/>



目さんの

生活相談室



6月24日(水) 午後1時半～2時半

介護、福祉、健康などお困りのことはありませんか？

なんでもお気軽にお話しください！

三原台敬老館コーディネーター 浜本（相談員）

小さな映画会

6月17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。

健康いきいき体操

☆6月5日、12日、26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。



ストレッチ健康体操

☆6月2日、16日(火) 午前10時半～11時半

☆大広間にて

☆すでにお申込み済みの方が対象です。

当日会場へお越しください。

☆欠席される時はご連絡ください。

遺言の書き方教室

6月10日(水) 午後2時～午後3時半

遺言の書き方や注意すべき点などについて、行政書士の先生が分かりやすく教えてくださいます。個別相談の時間もありますので、ぜひご参加ください！

スタンドグラス風窓飾りを作ろう

☆①6月18日(木)、②6月19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：木工ボンド、セロテープ

☆お申込み開始：6月1日(月)

ディスプレイコン

☆6月9日、23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

☆6月1日、8日、15日、22日、29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。



◆◆◆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。