

事業申込方法の変更について

8月の事業はすべて7月21～28日に申込用紙にてお申込みください。申込多数の場合は抽選とさせていただきます。詳細については職員までお問合せください。お電話でもお申込みできます。

新型コロナウイルス拡大防止のため、国は、7月12日から8月22日まで、緊急事態宣言を発出し、都は、緊急事態措置の実施を決定しました。そのため、施設内での食事、カラオケ、入浴等、感染を避けることが難しいものは、引続き利用を休止します。

8月の事業	実施日・時間・定員		申込期間7/21～28
健康いきいき体操 ※各自タオルをお持ち下さい。	3・10・17 24(火) 9:30～10:30	定員各12名	※「練馬区いきいき体操」を基に運動や頭の体操を行います。毎回申込可
フラダンス教室	13・27(金) 9:00～12:00	登録制	※最初は体験・見学から
さわやか健康体操	3・17・31(火) 13:00～14:15	定員各12名	※毎回先生が工夫を凝らし体操をします。毎回申込可
絵手紙を楽しもう	25(水) 10:00～11:30 30(月) 13:30～15:00	定員各7名	どちらか1回のみお申込可
折紙教室 「ひまわり」	4(水)・6(金) 10:00～11:30	定員各7名	どちらか1回のみ申込み可
水彩色鉛筆で塗り絵	30(月)・31(火) 10:00～11:30	定員各7名	どちらか1回のみ申込み可
ものづくり教室「貝殻の壁飾り」 7月に参加された方は申込みできません	18(水)・20(金) 10:00～11:30	定員各7名	どちらか1回のみ申込み可
書道教室	25(水) 10:00～11:30	定員5名	※先生がわかり易く教えて下さいます。
骨盤ストレッチ	2(月) 13:30～14:30 23(月) 10:00～11:00	定員各10名	※講師の先生の指導の下、ストレッチします。毎回申込可
思い出の歌体操	2・5・7・11・ 12・14・16・1 9・21・28 10:00～11:30	定員各6名 全10回	自由参加※懐かしい歌に合わせた体操の動画を見て行います。自分の好きな時間に自由に体操ができるのがメリットです。
レクダンス	6・20(金) ①13:10～14:00 ②14:10～15:00	定員各7名	※簡単な「盆踊り風の踊り」を皆で踊ります。各日、どちらか一回となり入替制となりました。
看護師さんによる「健康相談」	17(火) 10:30～11:30	自由参加	※些細なことでもかまいません。気軽にご相談ください。

※電話での事業申込みは10時からとなります。