

西大泉敬老館便り 8月号

発行：令和7年7月22日

〒178-0065 練馬区西大泉3-21-16

問合せ 03 (3924) 9545



涼み処 おしゃべりスポット『にしけい』

日時：8月1日・15日（金）

8月4日・18日・25日（月）

9:30～12:00 自由参加

涼しいお部屋で過ごしませんか？

ラジオ体操のあとは、楽しくおしゃべりしながら、
カレンダー作り・塗り絵・脳トレをしませんか。

ラジオ体操：9:30～10:00



みんなでスクラッチアート

8月20日（水）10:00～11:30

スクラッチアートとは、黒い表面をペンで削って下にあるカラフルな色や模様を引き出すアートです。下絵に沿って削るだけで美しい作品が完成します。



8月の事業		実施日	時間	定員	備考
事前申込先着順事業	楽しく歌おう	2日（土）	10:30～11:30	20名	ギターとピアノ演奏で歌いましょう
	にこにこ健康体操	29日（金）	10:00～10:40	15名	タオル・飲み物
	レクスボ教室	14日（木）	13:30～15:00	12名	ポッチャをします タオル・飲み物
	ゲームにトライ	6日（水）	14:00～15:30	12名	ゲーム機でボウリング対戦！ 飲み物
	書道教室	22日（金）	10:00～11:30	8名	書道道具一式・半紙・雑巾・新聞紙
	絵手紙を楽しもう	9日（土）	10:00～11:30	各10名	道具一式・画仙紙・墨汁・筆拭用雑巾
		22日（金）	13:30～15:00		
	みんなでスクラッチアート	20日（水）	10:00～11:30	14名	作品持ち帰り用クリアファイル
	折紙教室	8日（金）	13:30～15:00	各10名	木工ボンド・ハサミ・のり
		27日（水）	10:00～11:30		
	ものづくり教室	27日（水）	13:30～15:00	14名	木工ボンド・ハサミ・のり・竹串 作品持ち帰り用手さげ袋
事前事業申込抽選	健康いきいき体操	5日・12日（火） 19日・26日（火）	9:30～10:30	各20名	タオル・飲み物・5本足くつ下 ※申込回数の制限はありません
	知って得するスマホ教室	7日（木）	14:00～16:00	5名	スマホをお持ちの方対象です
	スマホPC相談会	6日（水）	10:00～12:00	60分2部制 各3名	事前に相談したい内容をお知らせ下さい
当日先着順事業	レクダンス	1日・15日（金）	13:30～15:00	各14名	簡単な「盆踊り風の踊り」をみんなで踊ります。
	健康相談	19日（火）	10:30～11:30	参加自由	お気軽にご相談下さい
	てつだい隊	12日・26（火）	10:30～12:00	参加自由	簡単に切ったり貼ったりする作業です
	猫の手隊	5日・19日（火）	10:30～12:00	参加自由	てつだい隊のミニ版です 簡単な部品作りです
	ワークショップ	30日（土）	9:00～12:00	参加自由	「風鈴」を作ります
その他	フラダンス教室	8日・22日（金）	10:00～12:00	登録制	最初は見学・体験から
	にしけい	1日・15日（金） 4日・18日・25日（月）	9:30～12:00	参加自由	ラジオ体操（9:30～10:00）

8月の抽選事業申込期間：7月22日（火）～7月24日（木）、抽選発表26日（土）※抽選に外れた方へお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。電話申し込みは10:00～でお願いします。