5月西大泉敬老館事業

事前申込・先着順	4月20日（月）～申込開始　※（電話申込は10時から）			
事業名	実施日	時間	定員	備考
みんなで刺し子 注目!	27日（水）	10:00～11:30	10名	縫い針・待ち針・針山・ハサミ
にこにこ健康体操	14日（木）	13:30～14:10	15名	タオル・飲み物
レクスポ教室	22日（金）	13:30～14:30	12名	「輪投げ」をします　※ 飲み物
ゲームにトライ	13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 ※どちらか１回のみ	11日（月）	10:00～11:30 13:30～15:00	各10名	道具一式・画仙紙・墨汁・筆拭用雑巾
水彩色鉛筆で塗り絵	15日（金）	10:00～11:30	10名	筆拭用雑巾・消しゴム
折紙教室 ※どちらか１回のみ	8日（金） 18日（月）	13:30～15:00 10:00～11:30	各12名	木工ボンド・のり・ハサミ・竹串
理学療法士講座	21日（木）	14:30～15:30	10名	zoom中継で「【体力】その息切れは年のせい？！」の講義と体操をします。 （※申し込みは5月1日～）

事前申込・抽選	申込期間：4月20日（月）～4月22日（水）　※（電話申込は10時から） 抽選発表：4月24日（金）			
事業名	実施日	時間	定員	備考
ゆるっとフィットネス	18日（月）	13:30～14:15	12名	汗拭きタオル・飲み物
骨盤（ペルヴィスワーク）ストレッチ	25日（月）	10:00～11:00	10名	ヨガマットまたはバスタオル、飲み物
健康いきいき体操 ※いずれも申込可	12日・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	13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				
事業名	実施日	時間	定員	備考
レクダンス	1日・15日（金）	13:30～15:00	14名	簡単な「盆踊り風の踊り」をみんなで踊ります。
にしけい	8日（金） 19日（火）	9:30～12:00 10:30～12:00	参加自由	カレンダー作り・猫の手隊
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日 （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
ワークショップ	23日（土）	9:00～12:00	参加自由	「あじさいの壁飾り」を作ります

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