



# 8月西大泉敬老館事業



| 事前申込・先着順              |        | 7月21日（火）～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                 |
| <b>注目!</b> カーレット体験    | 21日（金） | 10:00～11:00                 | 10名  | 飲み物                |
| <b>注目!</b> 楽しく歌おう！    | 1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              | 13日（木） | 13:30～14:10                 | 15名  | タオル・飲み物            |
| レクスポ教室                | 12日（水） | 10:00～11:30                 | 12名  | 「ボッチャ」をします ※ 飲み物   |
| ゲームにトライ               | 5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                  | 28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<br>※どちらか1回のみ | 17日（月） | 10:00～11:30                 | 各10名 | 道具一式・画仙紙・墨汁・筆拭用雑巾  |
|                       | 20日（木） | 13:30～15:00                 |      |                    |
| スクラッチアート              | 26日（水） | 10:00～11:30                 | 12名  | 作品を入れる袋            |
| 折紙教室<br>※どちらか1回のみ     | 8日（土）  | 10:00～11:30                 | 各12名 | 木工ボンド・のり・ハサミ・竹串    |
|                       | 27日（木） | 13:30～15:00                 |      |                    |
| ものづくり                 | 19日（水） | 10:00～11:30                 | 14名  | 木工ボンド・のり・ハサミ・竹串    |

| 事前申込・抽選                              |                  | 申込期間：7月21日（火）～7月23日（木） ※（電話申込は10時から）<br>抽選発表：7月25日（土） |      |                                  |
|--------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------|------|----------------------------------|
| 事業名                                  | 実施日              | 時間                                                    | 定員   | 備考                               |
| <small>（ベルヴィスワーク）</small><br>骨盤ストレッチ | 24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<br>※いずれも申込可                 | 4日・18日<br>25日（火） | 9:30～10:30                                            | 各20名 | タオル・飲み物・5本足くつ下<br>※申込回数の制限はありません |
| スマホPC相談会                             | 5日（水）            | ①10:00～11:00<br>②11:00～12:00                          | 各3名  | 事前に相談したい内容をお知らせください              |
| 知って得するスマホ教室                          | 6日（木）            | 14:00～16:00                                           | 5名   | スマホをお持ちの方対象です                    |

| 当日先着順                      |                                               |             |      |                                     |
|----------------------------|-----------------------------------------------|-------------|------|-------------------------------------|
| 事業名                        | 実施日                                           | 時間          | 定員   | 備考                                  |
| レクダンス                      | 7日・21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               |
| <b>注目!</b> 朝の体操<br>（ラジオ体操） | 3日・7日・8日<br>10日・15日・19日<br>22日・24日・26日<br>31日 | 9:10～9:40   | 参加自由 | 参加時にスタンプを押します。<br>（スタンプカードをお渡しします。） |
| <b>注目!</b> あみものクラブ         | 22日（土）                                        | 10:00～11:30 | 参加自由 | 自由に編み物を楽しみましょう<br>※講師はいません          |
| にしけい                       | 4日（火）                                         | 10:30～12:00 | 参加自由 | カレンダー作り・猫の手隊                        |
|                            | 24日（月）                                        | 9:30～12:00  |      |                                     |
| 健康相談                       | 18日（火）                                        | 10:30～11:30 | 参加自由 | お気軽にご相談下さい                          |
| てっだい隊                      | 25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                    | 29日（土）                                        | 9:00～12:00  | 参加自由 | 「かかしの飾り」を作ります                       |
| フラダンス教室                    | 14日・28日<br>（金）                                | 10:00～12:00 | 登録制  | 最初は見学・体験から                          |