

# いずみ

東大泉敬老館便り  
平成 27 年 6 月号 (第 87 号)  
発行日：平成 27 年 6 月 1 日

〒178-0063 練馬区東大泉 7-20-1  
Tel / Fax 03 (3921) 9129

E-mail [e.oizumi-keiroukan@nerima-swf.jp](mailto:e.oizumi-keiroukan@nerima-swf.jp)  
URL <http://www.nerima-swf.jp/>



## New 音がく健康塾

【日時】6月4日(木) 10:00~11:00

【場所】和室

健康増進！ 認知症予防！

今よりもっと若く元気にないましょう！

演奏に合わせたリズム体操や、音楽を通しての脳トレ、歌や合唱などを楽しみます。

当日  
30名  
先着順

## お口すっきり

### New 心も体もはつらつ体操

【日時】6月23日(火)

10:00~11:30

【場所】和室

口腔ケアやお口の体操、ストレッチ、音楽を使った体操などを行います。

New



当日  
20名  
先着順

## ★利用者懇談会を開催します★

【日時】6月22日(月) 13:30~

【場所】和室

※ぜひ、ご参加ください



New

## 映画の会

【日時】6月18日(木)

10:00~12:00 頃

【場所】和室

※作品名、その他ご不明な点は職員にお問い合わせください。

当日  
30名  
先着順

## 6月の定例事業(日時は裏面を！)

♪スマイル体操(和室)※先着 15 名です。当日直接会場へお越し下さい。

★絵手紙教室 ※一人一回の参加です。

★書道教室 ※一人一回の参加です。

○ 参加ご希望の方は、事前にお申込みください。申込み開始は、**6月1日(金)**です。

○ 人数に制限があるため、先着順とさせていただきます。

○ 詳しい日時については、裏面のカレンダーを！

敬老館のご利用について、事業への参加方法など、詳しくは、東大泉敬老館へお問い合わせください。

## 利用証の更新は

お済みですか・・・？

## ◆◆◆練馬区立敬老館のご利用方法◆◆◆

☆区内在住で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：ブルー、女性：ピンク)は保険証・免許証等の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」は区内の敬老館ならどちらでもご利用いただけます。

☆区内の高齢者センターの利用証でもご利用いただけます。

☆開館時間 月～土 午前9時から午後5時までです。

利用証  
○○ □

利用証  
○○ □□