

東大泉敬老館便  
令和 3 年 11 月号 (第 164 号)

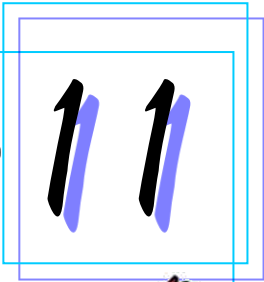
発行日：令和 3 年 10 月 20 日

〒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/>



新型コロナウイルス感染症予防のため、今後も皆様にはマスクの着用・手洗い・手指消毒等のご協力とともに、3密の回避を引き続きお願いいたします。

※ 看護師による「健康相談」を毎月第 2 火曜日 11:00~11:30 におこなっています。(自由参加)

事業申し込みは「事業申し込み用紙」にご記入いただき、事業申し込み回収箱に投函してください。詳細は事業申し込み用紙に記載してありますのでご確認ください。(申込期間 10 月 1 日~23 日です)

11 月の主な事業	日程・時間	定員	持ち物
スマイル体操	2日・9日・30日 10:30~11:00	各 10 名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
健康いきいき体操	1日 10:30~11:30 15日 13:30~14:30	各 10 名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
元気に! 60分体操	5日・19日 10:30~11:30	各 10 名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
練馬区健康いきいき体操 スペシャル	18日 10:00~11:00	10 名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
みんなで体操	11日 10:30~11:00	10 名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
絵手紙入門	16日 10:00~11:30	6 名	用具一式・お手本 飲物(水分補給用)
書道教室	8日・29日 10:00~11:30	各 6 名	書道道具・マスク 飲物(水分補給用)
塗り絵クラブ	6日・20日 9:30~11:30	各 8 名	マスク 飲物(水分補給用)
キャンドル作り	22日・26日 9:30~11:30	各 6 名	展示見本で確認 マスク・飲物

- ・やさしい体操・・・自由参加で定員各 10 名、毎週水曜日 13:30 と 13:45 の 2 回おこないます。
- ・共同作品作り・・・13 日、15 日の来館時いつでも自由参加できます。
- ・映画の会・・・22 日の 13:00~15:00 頃です。(当日予約です)

麻雀参加者については敬老館より順番(あいうえお順)に電話いたします。ご不明点等は電話などでご確認ください。

初級マージャン教室	12日・27日 9:30~11:45	各 12 名	飲物(水分補給用) マスク
健康マージャンクラブ	10日・17日・24日 9:30~11:45	各 12 名	飲物(水分補給用) マスク