

# い ず み

東大泉敬老館便り  
令和 3 年 12 月号 (第 165 号)

発行日：令和 3 年 11 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/>

# 12



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。

☆「ねりま お口すっきり体操」を12月16日(木)10:00~11:30開催。(事前申し込みです)

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 11月1日~24日です)ご不明点等ございましたら事務所職員までお声かけをお願いいたします。

12月の主な事業	日程・時間	定員	持ち物
スマイル体操	7日・14日・28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	6日 10:30~11:30 20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	3日・24日 10:30~11:30	各10名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
ねりまお口すっきり体操	16日 10:00~11:30	各10名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
みんなで体操	13日 13:30~14:00	10名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
絵手紙入門	21日 10:00~11:30	6名	用具一式・お手本 マスク・飲物
書道教室	13日・27日 10:00~11:30	各6名	書道道具・マスク 飲物(水分補給用)
物作り教室	17日・20日 9:30~11:30	各10名	展示見本で確認 マスク・飲物

- ・やさしい体操・・自由参加で定員は各10名、毎週水曜日・土曜日の13:30と13:45の2回です。
- ・楽しんで作ろう・・4日・11日の9:30~(当日予約です)
- ・共同作品作り・・25日の来館時いつでも自由参加できます。

登録制事業の麻雀参加者については敬老館より順番(あいうえお順)にお電話します。ご不明点等は電話などでご確認ください。

初級マーじゃん教室	10日・18日 9:30~11:45	各12名	飲物(水分補給用) マスク
健康マーじゃんクラブ	1日・8日・15日・22日 9:30~11:45	各12名	飲物(水分補給用) マスク