いずみ

東大泉敬老館便り

令和　4年1月号（第166号）
発行日：令和3年12月20日

壱

〒178-0063 練馬区東大泉 7-20-1
Tel /Fax 03（3921）9129
E-mail　e.oizumi-keiroukan@nerima-swf.jp
URL　http://www.nerima-swf.jp/

Nerima 社会福祉事業団

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。
※ セーフティ教室を1月14日（金）10:00～11:00開催（当日受付）お待ちしています。

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12月1日～24日です）

1月の主な事業	日程・時間	定員	持ち物
スマイル体操	4日・11日・25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	17日 13:30～14:30	10名	タオル・マスク 飲物（水分補給用）
元気に！60分体操	7日・21日 10:30～11:30	各10名	タオル・マスク 飲物（水分補給用）
みんなで体操	14日 13:30～14:00	10名	タオル・マスク 飲物（水分補給用）
セーフティ教室	14日 10:00～11:00	10名	タオル・マスク 飲物（水分補給用）
絵手紙入門	18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	17日・24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	15日・22日・29日 9:30～11:30	各8名	マスク 飲物（水分補給用）

・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・・6日・27日の来館時いつでも自由参加できます。
・映画の会・・・・24日の13:00～15:00頃までです。（当日予約です）
※「オンラインフレイル予防講座」を1月22日（土）14:00～15:00です。（当日先着順）
はつらつセンターが主催する講座をオンラインで実施する運動等です。詳細はポスター参照
皆様のご参加をお待ちしています。

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	8日・28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	5日・12日・19日・26日 9:30～11:45	各12名	飲物（水分補給用） マスク