

# いづみ

東大泉敬老館便り  
令和 4 年 2 月号 (第 167 号)

発行日：令和 4 年 1 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/>

# 武



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。

☆「交通安全講座」を2月21日(月)10:00~11:00 開催。(当日先着順です)

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 1月4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。

2月の主な事業	日程・時間	定員	持ち物
スマイル体操	1日・8日・22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	7日 10:30~11:30 21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	10日・18日 10:30~11:30	各10名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
腰痛(しなやか腰)体操	5日 10:00~11:00	10名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
みんな体操	14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	15日 10:00~11:30	6名	用具一式・お手本 マスク・飲物
書道教室	14日・28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	3日・4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(当日先着順)
- ・オンラインフレイル予防体操 3日14:00~15:00 17日10:00~11:00 定員各10名(当日先着順)
- ・楽しんで作ろう・・25日・26日(当日予約) ・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	12日・25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	2日・9日・16日 9:30~11:45	各12名	飲物(水分補給用) マスク