

い ず み

東大泉敬老館便り
令和 4 年 5 月号 (第 170 号)

発行日：令和 4 年 4 月 20 日

〒178-0063 練馬区東大泉 7-20-1

Tel / Fax 03 (3921) 9129

URL <http://www.nerima-swf.jp/>

五



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「健康相談会」を毎月第2火曜日 11:00~11:30 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、事務所受付けの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。

5月の主な事業	日程・時間	定員	持ち物
スマイル体操	10日・24日・31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	2日 10:30~11:30 16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	13日・27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	9日 13:30~14:00	10 名	タオル・マスク 飲物(水分補給用)
オンライン フレイル予防講座	19日 14:30~15:30	10 名	マスク 飲物(水分補給用)
絵手紙入門	17日 10:00~11:30	6 名	用具一式・お手本 マスク・飲物
書道教室	9日・23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	7日・14日・21日 9:30~11:30	各 8 名	マスク 飲物(水分補給用)

- ・やさしい体操・・・毎週水曜日・土曜日の 13:30 と 13:45 の 2 回、自由参加で定員は各 10 名 (当日先着順)
- ・ぬりえにチャレンジ!・・・16日 9:30 と 10:00 の 2 回、自由参加で定員は各 5 名 (当日先着順)
- ・スマホ相談会・・・20日 13:00~16:00 (当日先着順)
- ・映画の会・・・洋画 30日 13:00~15:00 定員 10 名 (当日先着順)
- ・共同作品作り・・・20日・30日 来館時いつでも自由参加できます。
- ・落語の会・・・6日 14:00~15:00 オンライン開催(はつらつセンター関より配信) 定員 10 名 (当日先着順)

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。

初級マーじゃんクラブ	6日・28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	11日・18日・25日 9:30~11:45	各 12 名	飲物(水分補給用) マスク