

い

ず

み

東大泉敬老館便り

10月



〒178-0063 練馬区東大泉 7-20-1

Tel/Fax03 (3921) 9129

E-mail e.oizumi-keiroukan@nerima-swf.jp

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

令和4年10月号(第175号)

発行日: 令和4年9月20日

10月の主な事業		実施日・時間	定員	持ち物
事前申し込み事業 (申込用紙で提出)	健康いきいき体操	3日 10:30~11:30 17日 13:30~14:30	各10名	タオル・マスク 飲み物
	元気に!60分体操	14日・28日 10:30~11:30	各10名	タオル・マスク 飲み物
	みんなで体操	18日 13:30~14:00	10名	タオル・マスク 飲み物
	洋楽ピクス	24日 13:30~14:15	10名	用具一式・お手本 マスク・飲み物
	絵手紙入門	18日 10:00~11:30	各6名	用具一式・お手本 マスク・飲み物
	書道教室	17日・24日 10:00~11:30	各6名	書道道具一式 マスク・
	物作り教室	29日・31日 9:30~11:30	各6名	展示見本で確認 マスク・飲み物
当日先着順窓口受付事業	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 飲み物
	やさしい体操	毎週水曜日・土曜日 13:30と13:45	各10名	マスク 飲み物
	健康相談会	毎月第2火曜日 11:00~11:30	10名	マスク 飲み物
	ぬりえにチャレンジ!	27日 9:30と10:00	各5名	マスク 飲み物
	楽しんで作ろう	8日・21日 9:30と10:00	各5名	マスク 飲み物
	Eスポーツにトライ	3日・31日 13:30~14:30	各6名	マスク 飲み物
	スマホ相談会	7日・21日 13:00~16:00	12名程度	マスク 飲み物
21日 から 窓口 電話 受付 事業	オンライン フレイル予防講座	20日 14:30~15:30	10名	マスク 飲み物
	スマホ体験会	15日 9:30~12:30 26日 9:30~11:30	10名 5名	マスク 飲み物
登録制事業の麻雀参加者については、敬老館より順番にお電話します。ご不明点等は職員にご確認下さい。				
登録制	初級マージャンクラブ	7日・22日 9:30~11:45	各12名	マスク 飲み物
	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	マスク 飲み物