

〒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5年3月号(第180号)
発行日: 令和5年2月20日

*ご来館時はマスクの着用と手指消毒のご協力をお願いいたします。

*はつらつシニア講師体験教室(声活・音読・朗読)3月23日(木)13:45~14:45 自由参加

3月の主な事業		実施日・時間	定員	持ち物・備考
(申込用紙で提出) 事前申し込み事業	健康いきいき体操	6日10:30~11:30 20日13:30~14:30	12名	タオル・飲み物
	元気に!60分体操	3日・17日 10:30~11:30	10名	タオル・飲み物
	洋楽ピクス	27日 13:30~14:15	10名	タオル・飲み物
	みんなで体操	13日 13:30~14:00	12名	タオル・飲み物
	楽しんで作ろう	23日 9:30~・10:00~	各8名	展示見本で確認 飲み物
	絵手紙入門	7日 10:00~11:30	各6名	用具一式・お手本 飲み物
	書道教室	13日・27日 10:00~11:30	各8名	書道道具一式 飲み物
	塗り絵クラブ	4日・11日・25日 9:30~11:30	各8名	消しゴム・飲み物
	交通安全講座	8日 10:00~11:00	15名	飲み物
当日先着順窓口受付事業	スマイル体操	7日 14:00~14:30 14日・28日 10:30~11:30	各12名	タオル・飲み物
	やさしい体操	毎週水曜日・土曜日 13:30~・13:45~	各12名	飲み物
	健康相談会	毎月第2火曜日 11:00~11:30	12名	飲み物
	ぬりえにチャレンジ!	20日 9:30~・10:00~	各5名	飲み物
	映画の会	28日 13:00~15:00	13名	飲み物
	eスポーツにトライ	6日・24日 13:30~14:30	各6名	飲み物
	都・スマホ相談会	3日・17日 13:00~16:00	各12名程度	スマホ・飲み物

登録制事業の麻雀参加者に付いては、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	10日・18日 9:30~11:45	各16名	飲み物
	健康マージャンクラブ	1日・15日・22日・29日 9:30~11:45	各16名	飲み物