

〒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6月号(第183号)

発行日: 令和5年5月20日

※今年も「平和を願う千羽鶴」を皆さんで折り、広島・長崎に届けましょう！
千羽鶴作りのご協力をお願いいたします。(開催日 6月23日・30日 13:30~15:00)

6月の主な事業		実施日・時間	定員	持ち物・備考
事前申し込み事業 (事業申込用紙で提出)	健康いきいき体操	5日 10:30~11:30 19日 13:30~14:30	各12名	タオル・飲み物
	介護予防フィットネス	16日 14:00~15:00	12名	タオル・飲み物
	元気に!60分体操	10日・23日 10:30~11:30	各10名	タオル・飲み物
	みんなで体操	12日 13:30~14:00	12名	タオル・飲み物
	洋楽ピクス	26日 13:30~14:15	12名	タオル・飲み物
	絵手紙入門	20日 10:00~11:30	6名	用具一式・お手本 飲み物
	書道教室	12日・26日 10:00~11:30	各8名	書道道具一式 飲み物
	物作り教室	9日 9:30~11:30 13:30~15:30	各10名	展示見本で確認 飲み物
	セタガーランド作り	30日 9:30~11:30	10名	飲み物
	オンラインフレイル予防講座	15日 14:30~15:30	12名	飲み物
当日先着順窓口受付事業	スマイル体操	6日・13日・29日 10:30~11:00	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と13:45	各12名	飲み物
	うた体操	19日 10:30~11:15	12名	飲み物
	健康相談会	13日 11:00~11:30	12名	飲み物
	わなげスポーツ	20日 13:30~14:30 27日 10:00~11:00	各8名	飲み物
	eスポーツにトライ	2日 13:30~14:30 24日 10:00~11:00	各6名	飲み物
	楽しんで作ろう	2日 9:30~10:00 10:00~10:30	各8名	飲み物
	ぬりえにチャレンジ	17日 10:00~11:00	8名	飲み物
5/22 受付 開始	スマホ相談会	15日 10:00~11:00 11:00~12:00	各5名	スマホ・飲み物
	スマホ教室	27日 13:30~15:30	5名	スマホ・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	3日・16日 9:30~11:45	各16名	飲み物
	健康マージャンクラブ	7日・14日・21日・28日 9:30~11:45	各16名	飲み物