

い

ず

み

東大泉敬老館便り

7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5年7月号(第184号)

発行日: 令和5年6月20日

※ご来館時は継続してマスクの着用と手指消毒のご協力をお願いいたします。

☆「東大泉トークサロン」7月19日(水) 14:00~15:00 皆様のご参加をお待ちしております。

7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	3日 10:30~11:30 18日 13:30~14:30	各12名	タオル・飲み物
	介護予防フィットネス	21日 14:00~15:00	12名	タオル・飲み物
	元気に!60分体操	22日・28日 10:30~11:30	各10名	タオル・飲み物
	みんなで体操	10日 13:30~14:00	12名	タオル・飲み物
	洋楽ピクス	24日 13:30~14:15	12名	タオル・飲み物
	絵手紙入門	18日 10:00~11:30	6名	用具一式・お手本 飲み物
	書道教室	10日・24日 10:00~11:30	各8名	書道道具一式 飲み物
	塗り絵クラブ	8日・15日 10:00~11:30	各10名	展示見本で確認 飲み物
	七夕ガーランド作り	1日 9:30~11:30	10名	飲み物
	地域食育講座	7日 10:00~11:00	15名	飲み物
	バルーンアート体験	31日 10:00~11:00	10名	飲み物
	オンラインフレイル予防講座	20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	4日・11日・25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	6日 10:30~11:15	15名	飲み物
	健康相談会	11日 11:00~11:30	15名	飲み物
	わなげスポーツ	7日・14日 13:30~14:30	各8名	飲み物
	eスポーツにトライ	4日・28日 13:30~14:30	各8名	飲み物
	映画の会	31日 13:00~15:00	15名	飲み物
	ぬりえにチャレンジ	21日 10:00~11:00	8名	飲み物
6/21 受付 開始	スマホ相談会	20日 10:00~11:00 11:00~12:00	各5名	スマホ・飲み物
	スマホ教室	25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	14日・29日 9:30~11:45	各16名	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20名	飲み物