

〒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12月号(第189号)

発行日: 令和5年12月20日

☆キャンドルライト in 東大泉 12月22日(金) 会場 駐輪場 併設3館合同交流事業です。  
16時20分の点灯式でキャンドルライトに明りがとまります。皆様のご見学をお待ちしています。

12月の主な事業		実施日・時間	定員	持ち物・備考
(事業申込用紙で提出) 事前申し込み事業	健康いきいき体操	4日・18日 10:30~11:30	各15名	タオル・飲み物
	ねりま ゆる×らく体操	1日 10:00~11:30	15名	タオル・飲み物
	元気に!60分体操	8日・16日 10:30~11:30	各12名	タオル・飲み物
	みんなで体操	11日 13:30~14:00	15名	タオル・飲み物
	オンラインフレイル予防講座	21日 14:30~15:30	12名	タオル・飲み物
	洋楽ピクス	25日 13:30~14:10 14:15~14:55	各12名	飲み物
	いどばた音活会	9日 10:30~11:30	20名	飲み物
	書道教室	11日・25日 10:00~11:30	各8名	書道道具一式 飲み物
	絵手紙入門	19日 10:00~11:30	6名	用具一式・お手本 飲み物
	物作り教室	15日・23日 10:00~11:30	各10名	消しゴム・飲み物
	デイと手作り交流会	5日 14:00~15:00	5名	飲み物
当日先着順窓口受付事業	スマイル体操	5日・12日・26日 10:30~11:00	各15名	タオル・飲み物
	やさしい体操	毎週水曜日・土曜日 13:30~14:00	各15名	飲み物
	うた体操	14日 10:30~11:15	20名	飲み物
	健康相談会	12日 11:00~11:30	15名	飲み物
	わなげスポーツ	4日・12日 14:00~15:00	各10名	飲み物
	eスポーツにトライ	15日・19日 14:00~15:00	各8名	飲み物
	ぬりえにチャレンジ	28日 10:00~11:30	10名	飲み物
	ロビー折紙交流会	25日 14:00~15:00	8名	飲み物
	共同作品作り	7日・27日 14:00~15:00	8名	飲み物
	都・スマホ相談会	14日 13:00~16:00	12名	スマホ・飲み物
8/21 受付 開始	自・スマホ相談会	21日 10:00~11:00 11:00~12:00	各5名	スマホ・飲み物
	自・スマホ教室	26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	2日・22日 9:30~11:45	各16名	飲み物
	健康マージャンクラブ	6日・13日・20日・27日 9:30~11:45	各20名	飲み物