

〒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6年5月号(第194号)

発行日: 令和6年4月20日

5月から「平和を願う千羽鶴作り」を開始します。皆様のご参加をお待ちしております。

5月の主な事業		実施日・時間	定員	持ち物・備考(飲物持参)
(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	20日 13:30~14:30	各15名	タオル
	洋楽ピクス	27日 13:30~14:10 14:15~14:55	各12名	2部制 タオル どちらか1回参加可
	元気に!60分体操	21日・29日 10:30~11:30	各12名	タオル どちらか1回参加可
	みんなで体操	10日 13:30~14:00	15名	タオル
	オンラインフレイル予防講座	16日 14:30~15:30	12名	筆記用具
	塗り絵クラブ	11日・18日 9:30~11:30	各10名	消しゴム どちらか1回参加可
	折紙交流会	17日 9:30~10:30 10:30~11:30	各8名	2部制 どちらか1回参加可
	書道教室	13日・27日 10:00~11:30	各8名	書道道具一式 どちらか1回参加可
	楽しんで作ろう	2日 9:30~10:00 10:00~10:30	各8名	2部制 どちらか1回参加可
	デイと手作り交流	14日 14:00~15:00	5名	デイサービスの方々との交流です
当日先着順窓口受付事業	スマイル体操	7日・14日・28日 10:30~11:00	各15名	タオル・複数回参加可
	やさしい体操	毎週水曜日・土曜日 13:30~14:00	各15名	ラジオ体操とやさしいストレッチ 複数回参加可
	うた体操	24日 10:30~11:15	20名	なつかしい歌謡曲に合わせて体操します
	健康相談会	14日 11:00~11:30	15名	看護師がうかがいます
	わなげスポーツ	13日・21日 14:00~15:00	各10名	複数回参加可
	eスポーツにトライ	17日・24日 14:00~15:00	各8名	複数回参加可
	ぬりえにチャレンジ	20日 10:00~11:30	10名	12色で色合わせ塗りを楽しみます
	共同作品作り	1日・2日 14:00~15:00	12名	ロビー壁面を紫陽花と藤に飾り替えます
	映画の会	31日 13:00~15:00	15名	今月は洋画上映
4/22 受付開始	館・スマホ相談会	16日 10:00~11:00 11:00~12:00	各5名	スマホ 2部制 どちらか1回参加可
	館・スマホ教室	28日 13:30~15:30	5名	スマホ

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	10日・25日 9:30~11:45	各16名	マージャンクラブに登録後の参加になります
	健康マージャンクラブ	1日・8日・15日・22日 9:15~11:45	各20名	