

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6年7月号(第196号)

発行日: 令和6年6月20日

★熱中症特別警戒アラート発表時は事業を中止します。ご承知おきください。

7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21日～24日までに提出 事前申し込み事業	健康いきいき体操	1日 10:30～11:30	各15名	タオル
	洋楽ピクス	22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	26日・31日 10:30～11:30	各13名	タオル どちらか1回参加可
	みんなで体操	12日 13:30～14:00	15名	タオル
	オンラインフレイル予防講座	18日 14:30～15:30	12名	筆記用具
	塗り絵クラブ	13日・20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	19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	8日・22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 13:30～14:00 14:00～14:30	各8名	2部制 どちらか1回参加可
	デイと手作り交流	16日 14:00～15:00	5名	デイサービスの方々との交流です
	いどばた音活会	6日 10:30～11:30	20名	ピアノとギター演奏で歌います
	ねりま お口すっきり体操	5日 10:00～11:30	15名	タオル
	七夕吹き流し作り	5日 13:30～14:00 14:00～14:30	各8名	2部制 どちらか1回参加可
当日先着順窓口受付事業	スマイル体操	2日・9日・23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	29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	9日 11:00～11:30	15名	看護師がうかがいます
	わなげスポーツ	9日・30日 14:00～15:00	各10名	複数回参加可
	eスポーツにトライ	8日・19日 14:00～15:00	各8名	複数回参加可
	ぬりえにチャレンジ	16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・25日 14:00～15:00	12名	夏の花に貼り替えます
	映画の会	29日 13:00～15:00	15名	今月は洋画上映
	東大泉トークサロン	17日 14:00～15:00	10名	地域包括支援センター職員とのトーク
【都】スマホ相談会	26日 13:00～16:00	12名	スマホ	
6/21受付開始	館・スマホ相談会	18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	23日 13:30～15:30	5名	スマホ
	【都】スマホ体験会	30日 9:30～12:30	10名	スマホ

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	12日・27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	3日・10日・17日・24日 9:15～11:45	各20名	