

大泉北敬老館便り おおきた通信



発行日：令和5年6月20日 第154号
〒178-0061 練馬区大泉学園町4-21-1
Tel/Fax 03(3925)7105
※最寄りのバス停「大泉郵便局」から徒歩3分

7月の事業		実施日	時間	定員	備考
事前 抽選 申込 事業	水彩色鉛筆で塗り絵 ※どちらか1回のみ申込可	① 5日(水) ② 11日(火)	10:00~11:30	各14名	持物：筆拭き布
	たのしく作ろう ※どちらか1回のみ申込可	4日(火)	① 10:00~11:30 ② 13:30~15:00	各14名	持物：針・糸・ハサミ
	やさしい折紙 ※どちらか1回のみ申込可	26日(水)	① 10:00~11:30 ② 13:30~15:00	各12名	持物：なし
	書道教室	7日(金)	10:00~11:30	14名	持物：書道道具一式・半紙 雑巾・新聞紙
	絵手紙教室	10日(月)	10:00~11:30	10名	持物：詳細は館内のポスター をご覧ください。
	映画会	29日(土)	9:30~11:30	15名	上映内容は事務所にご確認 ください。
	ポッチャを楽しもう ※どちらも申込可	① 15日(土) ② 28日(金)	10:30~11:30 10:00~11:00	15名	持物：飲み物
	輪投げを楽しもう	1日(土)	10:30~11:30	14名	持物：飲み物
	にこにこ健康体操 ※複数回申込可	6日 13日 20日 27日(木)	10:00~10:40	各30名	持物：タオル・飲み物
	リズムでダンス ※複数回申込可	11日(火) 18日 25日 (火)	13:30~14:30 10:00~11:00	各20名	持物：飲み物
	練馬健康いきいき体操 ※どちらも申込可	① 8日(土) ② 24日(月)	① 10:00~11:00 ② 10:00~11:15	各20名	持物：五本指ソックス・ タオル・飲み物
	骨盤ストレッチ	14日(金)	10:00~11:00	12名	ヨガマット又はバスタオル フェイスタオル・飲み物
	レクダンス ※どちらも申込可	① 1日(土) ② 15日(土)	13:30~15:00	各16名	「盆踊り」風の踊りを皆で 楽しく踊ります。
	ギターに合わせて歌おう	12日(水)	10:30~11:30	35名	ギターに合わせて、皆で歌い ましょう。
	事前 先着 申込	スマホ相談会	3日(月)	① 10:00~11:00 ② 11:00~12:00	各3名
初心者スマホ教室		28日(金)	13:30~15:30	5名	持物：スマホ・筆記用具 (21日~申込)
オンラインフレイル予防講座		20日(木)	14:30~15:30	10名	7月1日~の申込です。
当日 先着	看護師による健康相談会	6日(木)	10:00~11:00	自由参加	お気軽にご相談ください。
	ゲームを楽しもう	29日(土)	13:30~14:30	自由参加	ゲーム機でボーリングを楽し みます。
7月の抽選事業申込期間：6月21日(水)~23日(金)(電話での申込は23日(金)のみです。) 結果発表：26日(月)※抽選に外れた方へは電話連絡いたします。 抽選発表後、空きのある事業は先着順で受付いたします。中止・変更の場合があります。					