



9月西大泉敬老館事業



事前申込・先着順		8月20日（木）～申込開始 ※（電話申込は10時から）		
事業名	実施日	時間	定員	備考
注目! 敬老の日イベント 昭和歌謡を楽しもう!	21日（月）	10:00～11:30	20名	昭和歌謡を皆で歌って楽しめます。
注目! 敬老の日イベント カーレットを楽しもう!	21日（月）	13:30～15:00	12名	卓上のカーリングです。
カーレット体験	11日（金）	13:30～14:30	12名	飲み物
にこにこ健康体操	14日（月）	13:30～14:10	15名	タオル・飲み物
レクスポ教室	16日（水）	10:00～11:00	12名	「輪投げ」をします ※ 飲み物
ゲームにトライ	2日（水）	14:00～15:30	12名	ゲーム機でボウリング対戦 ※ 飲み物
書道教室	25日（金）	10:00～11:30	10名	書道道具一式・半紙・雑巾・新聞紙
絵手紙を楽しもう ※どちらか1回のみ	7日（月）	13:30～15:00	各10名	道具一式・画仙紙・墨汁・筆拭用雑巾
	9日（水）	10:00～11:30		
水彩色鉛筆で塗り絵	4日（金）	10:00～11:30	10名	筆拭き雑巾・消しゴム
折紙教室 ※どちらか1回のみ	14日（月）	10:00～11:30	各12名	木工ボンド・のり・ハサミ・竹串
	24日（木）	13:30～15:00		
みんなで押し花	30日（水）	10:00～11:30	10名	木工ボンド・竹串・ピンセット
理学療法士講座	17日（木）	14:30～15:30	10名	オンライン中継で「【膝・腰の痛み】痛みなく快適に暮らそう!」の講義と体操をします。 （※申し込みは9月1日～）

事前申込・抽選		申込期間：8月20日（木）～8月22日（土） ※（電話申込は10時から） 抽選発表：8月24日（月）		
事業名	実施日	時間	定員	備考
（ベルヴィスワーク） 骨盤ストレッチ	28日（月）	10:00～11:00	10名	ヨガマットまたはバスタオル、飲み物
健康いきいき体操 ※いずれも申込可	1日・8日 15日・29日（火）	9:30～10:30	各20名	タオル・飲み物・5本足くつ下 ※申込回数の制限はありません
スマホPC相談会	2日（水）	①10:00～11:00 ②11:00～12:00	各3名	事前に相談したい内容をお知らせください
知って得するスマホ教室	3日（木）	14:00～16:00	5名	スマホをお持ちの方対象です

当日先着順				
事業名	実施日	時間	定員	備考
レクダンス	4日・18日（金）	13:30～15:00	各14名	簡単な「盆踊り風の踊り」をみんなで踊ります
注目! 朝の体操 （ラジオ体操）	5日・12日・19日・ 26日（土）	9:10～9:40	参加自由	参加時にスタンプを押します。
注目! あみものクラブ	19日（土）	10:00～11:30	参加自由	自由に編み物を楽しみましょう ※講師はいません
にしけい	12日（土）	9:30～12:00	参加自由	カレンダー作り・猫の手隊
	29日（火）	10:30～12:00		
健康相談	15日（火）	10:30～11:30	参加自由	お気軽にご相談下さい
てつだい隊	8日（火）	10:30～12:00	参加自由	簡単に切ったり貼ったりする作業です
注目! 敬老の日イベント ワークショップ	21日（月）	9:30～15:00	参加自由	「ふくろうのストラップ」を作ります
フラダンス教室	11日・25日 （金）	10:00～12:00	登録制	最初は見学・体験から