発行　令和6年　4月20日

5月 May 石神井敬老館だより

◈お申込や抽選結果のご確認はお電話または窓口へお願い致します
◈混雑する場合は、人数の制限をさせていただく可能性があります

練馬区石神井7-28-21
☎ 03-3996-2900

自由参加　カードゲーム　NEW

【日時】 5月2日（木） 10:00～11:00
【内容】 ババ抜きなどをやります♪
いっしょに楽しみましょう
【持ち物】 お飲み物

自由参加　ミニ輪投げ　NEW

【日時】 5月23日（木） 10:00～11:00
【内容】 初心者向けの輪投げです
楽しく体を動かしましょう
【持ち物】 お飲み物、タオル

自由参加　名作シアター

【日時】 5月18日（土） 13:30～15:30
【タイトル】 ローマの休日
【出演者】 グレゴリー・ペック
オードリー・ヘップバーン

抽選　シニアヨガ

【日時】5月10日（金） 10:00～11:00
【内容】 椅子に座って行うヨガ体操です
【定員】 20名
【申込み】4月20日（土）～26日（金）
【抽選発表】 4月30日（火）～

抽選　フレイル介護予防

【日時】 5月16日（木） 14:30～15:30
【内容】 介護予防・フレイル予防について
【定員】 8名程度
【申込み】4月20日（土）～5月8日（水）
【抽選発表】 5月10日（金）～

抽選　やさしい貼り絵　NEW

【日時】 5月30日（木） 10:00～11:30
【内容】 「つつじの花」を作ります
【定員】 8名程度
【申込み】 4月20日（土）～26日（金）
【抽選発表】 4月30日（火）～

抽選　歌声広場

【日時】5月27日（月） 10:30～11:30
【内容】 春の唱歌を中心に歌います
敬老館職員による事業です
【定員】 30名程度
【申込み】4月20日（土）～26日（金）
【抽選発表】 4月30日（火）～

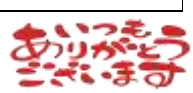
抽選　折り紙クラブ

【日時】 5月28日（火） 10:00～11:30
【内容】「キャラクター花束」を折ります
【定員】 8名
【申込み】 4月20日（土）～26日（金）
【抽選発表】 4月30日（火）～

【次月のお申込み】
6月の申込み期間：　5月20日(月)～27日(月)　　抽選発表：　5月29日(水)～

2024年5月 カレンダー

石神井敬老館
お気軽にお問い合わせください
Tel:03-3996-2900

日	月	火	水	木	金	土
休館日	5月の申込み期間： 4月20日(土)～26日(金) 抽選発表： 4月30日(火)～ ※色付きの事業が抽選となります		1 踊りの会(大) 9:30～11:30 脳トレ道場(洋) 10:00～11:00 カラオケ(大) 13:00～16:30 麻雀(洋) 13:00～16:30	2 団体利用(大) 9:00～12:00 NEW カードゲーム(洋) 10:00～11:00 老大民謡(大) 14:00～16:00 オセロ・将棋(洋) 13:00～16:30	3 憲法記念日	4 みどりの日
5	6	7	8	9	10	11
子供の日	振替休日	レッツ！フラ体操(大) 10:00～11:00 絵手紙教室(洋) 9:30～10:30 10:40～11:40 カラオケ(大) 13:00～16:30	踊りの会(大) 9:30～11:30 脳トレ道場(洋) 10:00～11:00 カラオケ(大) 13:00～16:30 麻雀(洋) 13:00～16:30	団体利用(大) 9:00～12:00 パターゴルフ(洋) 10:00～11:00 老大カラオケ(大) 13:00～16:00 オセロ・将棋(洋) 13:00～16:30	シニアヨガ(大) 10:00～11:00 【抽選】 初心者麻雀(洋) 9:00～12:00 カラオケ(大) 13:00～16:30 麻雀(洋) 13:00～16:30	ストレッチ体操(大) 9:30～10:30 【抽選】 手芸の会(洋) 9:30～11:30 初心者囲碁サークル(洋) 13:00～16:30
12	13	14	15	16	17	18
休館日	骨盤ストレッチ(大) 10:00～11:00 【抽選】 川柳講座(洋) 10:00～11:30 カラオケ(大) 13:00～16:30 サロンド編みもの(洋) 13:00～16:00	レッツ！フラ体操(大) 10:00～11:00 カラオケ(大) 13:00～16:30 スマートフォン教室(洋)2回目 14:00～16:00	踊りの会(大) 9:30～11:30 脳トレ道場(洋) 10:00～11:00 カラオケ(大) 13:00～16:30 麻雀(洋) 13:00～16:30	団体利用(大) 9:00～12:00 カーリング(洋) 10:00～11:00 老大民謡(大) 14:00～16:00 フレイル介護予防(洋)14:30～15:30 【抽選】	朗読劇(大)10:00～11:00 【抽選】 麻雀(洋) 9:00～12:00 カラオケ(大) 13:00～16:30 麻雀(洋) 13:00～16:30	輪投げの会(大) 9:30～11:30 初心者囲碁サークル(洋) 13:00～16:30 名作シアター(大) 13:30～15:30
19	20	21	22	23	24	25
休館日	骨盤ストレッチ(大) 10:00～11:00 【抽選】 カラオケ(大) 13:00～16:30 サロンド編みもの(洋) 13:00～16:00	レッツ！フラ体操(大) 10:00～11:00 俳句を楽しむ会(洋) 10:00～11:30 カラオケ(大) 13:00～16:30	踊りの会(大) 9:30～11:30 脳トレ道場(洋) 10:00～11:00 カラオケ(大) 13:00～16:30 麻雀(洋) 13:00～16:30	団体利用(大) 9:00～12:00 NEW ミニ輪投げ(洋) 10:00～11:00 老大カラオケ(大) 13:00～16:00 オセロ・将棋(洋) 13:00～16:30	スマホ・パソコン相談会(大) 10:00～12:00 2部制・【抽選】 麻雀(洋) 9:00～12:00 カラオケ(大) 13:00～16:30 麻雀(洋) 13:00～16:30	ストレッチ体操(大) 9:30～10:30 【抽選】 手芸の会(洋) 9:30～11:30 初心者囲碁サークル(洋) 13:00～16:30
26	27	28	29	30	31	
休館日	歌声広場(大) 10:30～11:30 【抽選】 カラオケ(大) 13:00～16:30 サロンド編みもの(洋) 13:00～16:00	アロハフラ体験(大) 10:00～11:00 折り紙クラブ(洋) 10:00～11:30 【抽選】 筆ペンであそぼう(洋) 13:00～15:00 カラオケ(大) 13:00～16:30	踊りの会(大) 9:30～11:30 脳トレ道場(洋) 10:00～11:00 カラオケ(大) 13:00～16:30 麻雀(洋) 13:00～16:30	団体利用(大) 9:00～12:00 NEW やさしい貼り絵(洋) 10:00～11:30 【抽選】 老大カラオケ(大) 13:00～16:00 オセロ・将棋(洋) 13:00～16:30	麻雀(洋) 9:00～12:00 カラオケ(大) 13:00～16:30 麻雀(洋) 13:00～16:30	【次月のお申込み】 6月の申込み期間： 5月20日(月)～27日(月) 抽選発表： 5月29日(水)～

☆開館時間は月～土 9時～17時(日曜・祝日はお休み。) ☆区内在住の60歳以上の方ならどなたでもご利用できます。
※利用証作成時には保険証・免許書等の身分証明書と緊急連絡先の住所・電話番号をお持ちいただくようお願い致します。