いずみ 東大泉敬老館便り　５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）
事前申し込み事業（事業申込用紙で提出）	健康いきいき体操	20 日 13：30～14：30	各 15 名	タオル
	洋楽ビクス	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 受付け開始	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	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	

5月スケジュール

東大泉敬老館

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
	※各事業は事前申込みや、当日先着順受付けなどがあります。 ご不明点等は電話や事務所受付けで、ご確認ください。		団体申込日 健康マージャン 9:15～11:45 やさしい体操 13:30～14:00 共同作品作り 14:00～15:00	団体利用【夢の会】 9:00～14:00 楽しんで作ろう 9:30～10:00 10:00～10:30 共同作品作り 14:00～15:00	憲法記念日 休館	みどりの日 休館
5	6	7	8	9	10	11
こどもの日 休館	振替休日 休館	スマイル体操 10:30～11:00 平和を願う 千羽鶴作り 13:30～	健康マージャン クラブ 9:15～11:45 やさしい体操 13:30～14:00	団体利用 9:00～14:00 【雀の会】	初級マージャン クラブ 9:30～11:45 みんなで体操 13:30～14:00	塗り絵クラブ 9:30～11:30 やさしい体操 13:30～14:00
12	13	14	15	16	17	18
休館	書道教室 10:00～11:30 わなげスポーツ 14:00～15:00	スマイル体操 10:30～11:00 健康相談会 11:00～11:30 デイと手作り 交流 14:00～15:00	健康マージャン クラブ 9:15～11:45 やさしい体操 13:30～14:00 東大泉トークサロン 14:00～15:00	団体利用【三四会】 9:00～14:00 館・スマホ相談会 10:00～/11:00～ オンライン フレイル予防講座 14:30～15:30	折紙交流会 9:30～10:30 10:30～11:30 eスポーツに トライ 14:00～15:00	塗り絵クラブ 9:30～11:30 やさしい体操 13:30～14:00
19	20	21	22	23	24	25
休館	ぬりえに チャレンジ 10:00～11:30 健康 いきいき体操 13:30～14:30	元気に 60分体操 10:30～11:30 わなげスポーツ 14:00～15:00	健康マージャン クラブ 9:15～11:45 やさしい体操 13:30～14:00	団体利用 9:00～14:00 【楽友会】	うた体操 10:30～11:15 eスポーツに トライ 14:00～15:00	初級マージャン クラブ 9:30～11:45 やさしい体操 13:30～14:00
26	27	28	29	30	31	
休館	書道教室 10:00～11:30 洋楽ビクス 13:30～14:10 14:15～14:55	スマイル体操 10:30～11:00 館・スマホ教室 13:30～15:30	元気に 60分体操 10:30～11:30 やさしい体操 13:30～14:00	団体利用 9:00～14:00 【あすなろ会】	平和を願う 千羽鶴作り 10:00～ 映画の会 13:00～15:00	

開館時間：月～土　9：00～17：00（日・祝日は休み。但し敬老の日は開館）
★カラオケ：　9：00～16：30（午前・午後の入替え制　12：00～13：00は昼休み）
☆土曜日は「ノーカラオケデー」、カラオケはお休みです。
☆木曜日の団体利用時もカラオケはお休みとなります。
※事業実施、団体利用等でお部屋を使用する場合は、決定次第館内に掲示します。
ご確認ください。