



1月カレンダー

石神井台敬老館

発行日 令和2年12月19日
練馬区石神井台2-18-13 ☎03-3995-8270

URL <https://senyoukai.or.jp/>

日	月	火	水	木	金	土
31	 <p>謹んで初春のお慶びを申し上げます 職員一同、皆様の笑顔をお待ち致しております</p> <p>年末年始のお休みは 12月29日～1月3日 1月4日(月)より通常開館いたします</p>  <p>マスクを ご着用 ください。</p>					
3	4	5	6	7	8	9
休館日	ラジオ体操 スローステップ運動 13:00～13:40 午後のカラオケは14:00から	いきいき健康体操 13:00～13:40 午後のカラオケは14:00から	Wiiを楽しむ会 13:00～13:50 午後のカラオケは14:10から	団体利用 9:00～14:00 午後のカラオケは14:10から	ラジオ体操 いきいき健康体操 13:00～13:40 午後のカラオケは14:00から	カラオケ終日お休み 健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00 ポールストック運動 10:00～11:00
	10	11	12	13	14	15
休館日	成人の日	音楽健康体操 13:00～14:00 午後のカラオケは14:10から	午前のカラオケはお休み 健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00 お花を楽しむ会 10:30～11:30 午後のカラオケは14:00から	団体利用 9:00～14:00 午後のカラオケは14:10から	ラジオ体操 いきいき健康体操 13:00～13:40 午後のカラオケは14:00から	カラオケ終日お休み 健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00 折り紙を楽しむ会 13:00～14:30
		17	18	19	20	21
休館日	ラジオ体操 スローステップ運動 13:00～13:40 お茶会 14:00～16:00 午後のカラオケは14:00から	練馬区健康 いきいき体操 13:00～13:40 午後のカラオケは14:00から	iPadを楽しむ会 13:00～14:00(脳トレ) 午後のカラオケは14:10から	団体利用 9:00～14:00 午後のカラオケは14:10から	ラジオ体操 いきいき健康体操 13:00～13:40 午後のカラオケは14:00から	カラオケ終日お休み 健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00 出張型街かど ケアカフェ 14:00～15:00
	24	25	26	27	28	29
休館日	パソコンを楽しむ会 10:00～11:00 ラジオ体操 スローステップ運動 13:00～13:40 午後のカラオケは14:00から	ラジオ体操 いきいき健康体操 13:00～13:40 午後のカラオケは14:00から	健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00 レクリエーションを 楽しもう! 13:00～14:00 カラオケは14:10から	団体利用 9:00～14:00 午後のカラオケは14:10から	パソコン教室 10:00～12:00 ラジオ体操 いきいき健康体操 13:00～13:40 午後のカラオケは14:00から	カラオケ終日お休み 健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00 折り紙を楽しむ会 13:00～14:30

☆ 開館時間:月～土 午前9時から午後5時まで (日曜・祝日・12月29日～1月3日はお休みです)

☆ お風呂・・・コロナウイルス感染対策の為、当面の間 中止とさせていただきます。

☆ カラオケ・午前9時～午後4時30分(12時～2時は昼休み。事業により、一部時間を変更して行う日があります)

※ 土曜日(全日)、及び第二水曜午前のカラオケはお休みです。

コロナ感染予防の為、当面の間1室7名(お一人3曲)までとさせていただきます。

※コロナウイルス感染対策の為、当面の間一部事業中止、事業時間・内容の変更および定員を減らして行います。

＜石神井台敬老館 1月の事業予定＞

石神井台
敬老館

申込み受付：12月21日(月)9時～12月28日(月)12時まで

申込み方法：敬老館窓口にご来館ください。★印が申込み事業となります

*「パソコン教室」「折り紙教室」「俳句を楽しむ会」はグループ制事業の為、お申し込みは出来ません

★ 13日(水)「お花を楽しむ会」 お花を活けて楽しみ、館内に展示します	時間; 10時30分～11時30分 定員; 4名 場所; 娯楽室
★ 9日(土)「ポールストック運動」 専用の道具を使用した運動をします	時間; 10時～11時 定員; 5名 場所; 娯楽室
★ 6日(水)「Wiiを楽しむ会」 ゲーム機「Wii」を使って楽しく体を動かします!	時間; 13時～13時50分 定員; 4名 場所; 娯楽室
★ 「太極拳教室」は、1月中止となります。	
★ 20日(水)「iPadを楽しむ会」 脳トレアプリを使って、楽しく脳を活性化します。	時間; 13時～14時 定員; 5名 場所; 娯楽室
★ 23日(土)「出張型街かどケアカフェ」 身近な材料でエコバックを作ります。	時間; 14時～15時 定員; 6名 場所; 娯楽室
★ 25日(月)「パソコンを楽しむ会」 エクセルを使ってみよう!	時間; 10時～11時 定員; 4名 場所; 多目的会議室
★ 27日(水)「レクリエーションを楽しもう!」 的当てのゲームを楽しみます	時間; 13時～14時 定員; 6名 場所; 娯楽室

★14日・28日(木)「手工芸教室」
14時10分～15時30分 各5名 娯楽室
「ウシのストラップ」を作成します 

★16日・30日(土)「折り紙を楽しむ会」
13時～14時30分 各5名 娯楽室 

★18日(月)「お茶会」
14時～16時 4名 多目的会議室
どなたでも気軽に抹茶を楽しめます 

★21日(木)「お役に立ち隊輪」
14時10分～15時30分 5名 娯楽室
「小箱」を作って被災地へ寄贈します 

選 当 面 の 間 、 体 操 当 日 の 抽	●ラジオ体操…………… 開催日はカレンダー参照	13:00～13:20	定員6名	
	●スローステップ運動…毎週:月曜	13:20～13:40	定員6名	
	●いきいき健康体操……開催日はカレンダー参照	13:20～13:40	定員6名	
	※1月5日(火)は、事前抽選			
※上記の体操は、当日抽選となります。午後12時55分までにお越し下さい。				

抽 選 と し ま す 、 事 前	★いきいき健康体操(川崎さん)…………… 5日(火)	13:00～13:40	定員6名	
	★練馬区健康いきいき体操(川崎さん)……19日(火)	13:00～13:40	定員6名	
	★音楽健康体操……………第2火曜	13:00～14:00	定員6名	

★ ご利用できる方……練馬区在住で60歳以上の方ならどなたでもご利用できます。
 ☆ ご利用方法……………来館時、受付窓口で「利用証」を提示して下さい。
 ※利用証の発行には、免許証・保険証等の身分証明書と緊急連絡先の住所・電話番号が必要です。
 ☆ 団体利用の申し込み…2月の利用は1月4日(月)から受付け致します。