

# 7月カレンダー

## 石神井台敬老館

発行日 令和3年6月21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
				1	2	3
				団体受付 9:00～14:00 陶芸を楽しむ会 10:00～11:30		健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00
					いきいき健康体操 13:00～13:40	ミニシアター 14:00～16:00
				カラオケ お休み	カラオケ お休み	カラオケ お休み
4	5	6	7	8	9	10
休館日		いきがいデイ 9:00～11:30		団体利用 9:00～14:00 陶芸を楽しむ会 10:00～11:30	パソコン教室 10:00～12:00	健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00 太極拳教室 10:30～12:00
	スローステップ運動 13:00～13:40	健康ストレッチ体操 13:00～13:40	Wiiを楽しむ会 13:00～14:00		いきいき健康体操 13:00～13:40	折り紙を楽しむ会 13:00～14:30
	カラオケ お休み	カラオケ お休み	カラオケ お休み	カラオケ お休み	カラオケ お休み	カラオケ お休み
11	12	13	14	15	16	17
休館日		いきがいデイ 9:00～11:30	健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00	団体利用 9:00～16:00 陶芸を楽しむ会 10:00～11:30		健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00
	スローステップ運動 13:00～13:40		スカットボール 13:00～14:00		音楽健康体操 13:30～14:30	ポッチャを楽しむ会 13:00～14:00
	カラオケ 午前・午後	カラオケ 午前・午後	カラオケ 午前・午後	カラオケ 午前お休み	カラオケ 午前・午後	カラオケ終日お休み
18	19	20	21	22	23	24
休館日	8月分事業申込 パソコンを楽しむ会 10:00～11:00	いきがいデイ 9:00～11:30		休館日	休館日	健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00 太極拳教室 10:30～12:00
	スローステップ運動 13:00～13:40	健康ストレッチ体操 13:00～13:40	iPadを楽しむ会 13:00～14:00			折り紙を楽しむ会 13:00～14:30
	カラオケ 午前・午後	カラオケ 午前・午後	カラオケ 午前・午後			カラオケ終日お休み
25	26	27	28	29	30	31
休館日		いきがいデイ 9:00～11:30	健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00	団体利用 9:00～16:00		健康麻雀を楽しむ会 9:00～16:00 輪投げを楽しむ会 10:30～11:30
	スローステップ運動 13:00～13:40 手工芸を楽しむ会 13:30～15:00	お口すっきり健康講座 13:00～14:30	街かどケアカフェ 14:00～15:00		いきいき健康体操 13:00～13:40	
	カラオケ 午前・午後	カラオケ 午前・午後	カラオケ 午前・午後	カラオケ 午前お休み	カラオケ 午前・午後	カラオケ終日お休み

☆ 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)

新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては事業を中止・変更させていただく場合もあります。

**\*まん延防止等重点処置実施中\***

# <石神井台敬老館 7月の事業予定>

申込み受付：6月21日(火)9時～6月28日(月)12時まで

申込み方法：敬老館窓口にご直接お越しください。★印が申込み事業となります

※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。

※「パソコン教室」はグループ制事業の為、お申し込みは出来ません。

★ 1・8・15日(木)「陶芸を楽しむ会」 世界に一つだけの作品を3回で完成させます。3回すべて出席できる方。	時間：10時～11時30分 定員：4名 場所：多目的会議室
★ 3日(土)「ミニシアター」 昔懐かしの映画を上映します	時間：14時～16時 定員：7名 場所：娯楽室
★ 7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～14時 定員：4名 場所：娯楽室
★ 9日(金)「パソコン教室」 ※ノートパソコン持参 「ワード」「エクセル」を4月～9月まで同じメンバーで学びます	時間：10時～12時 定員：4名 場所：多目的会議室
★ 10日・24日(土)「太極拳教室」 太極拳を楽しみながら健康増進！	時間：10時30分～12時 定員：5名 場所：娯楽室
★ 14日(水)「スカットボールを楽しむ会」 スカットボールで体を動かしましょう！	時間：13時～14時 定員：各6名 場所：娯楽室
★ 16日(金)「音楽健康体操」 講師を招き音楽に合わせて楽しく体操を行います	時間：13時30分～14時30分 定員：6名 場所：娯楽室
★ 17日(土)「ボッチャを楽しむ会」 年齢性別にこだわらず、みんなで盛り上がる競技です	時間：13時～14時 定員：6名 場所：娯楽室
★ 19日(月)「パソコンを楽しむ会」 パソコンの初歩的な使い方を学びましょう	時間：10時～11時 定員：2名 場所：娯楽室
★ 21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
★ 27日(火)「練馬お口すっきり健康講座」 健康はお口から！大切さを学びます	時間：13時～14時30分 定員：5名 場所：娯楽室
★ 28日(水)「街かどケアカフェ」 エコバッグを作ります	時間：14時～15時 定員：6名 場所：娯楽室

## ★10日・24日(土)「折紙を楽しむ会」

13時～14時30分

各5名

娯楽室

「花」を作成します



## ★26日(月)「手工芸を楽しむ会」

13時30分～15時

4名

多目的会議室

「リモコン&メガネたて」を作成します



当面の間、  
体操当日の抽  
選とします。

●スローステップ運動・・毎週：月曜

13:00～13:40分 定員6名

リズムに合わせた踏み台昇降運動です。

●いきいき健康体操・・毎週金曜日(第三金曜日はお休み)13:00～13:40分 定員6名

※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。

第三金曜日は音楽健康体操を行いますので、いきいき健康体操はお休みです。

事前抽選

★健康ストレッチ体操(川崎講師).....6日・20日(火)

13:00～13:40 定員 各日 6名

- 利用者の方法
- ☆ 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・・8月の利用は7月1日(木)から受付け致します