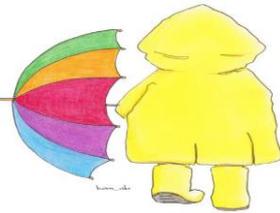


6月カレンダー

石神井台敬老館

発行日 令和3年5月20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	4	5
		団体受付 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		健康麻雀を楽しむ会 9:00~16:00
		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	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	カラオケ お休み	カラオケ 終日お休み
6	7	8	9	10	11	12
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 9:00~14:00 陶芸を楽しむ会 10:00~11:30	パソコン教室 10:00~12:00	太極拳教室 10:30~12:00
	スローステップ運動 13:00~13:40		スカットボールを 楽しもう 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 終日お休み
13	14	15	16	17	18	19
休館日		いきがいデイ 9:00~11:30		団体利用 9:00~16:00 陶芸を楽しむ会 9:00~16:00		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	健康ストレッチ体操 13:00~13:40	iPadを楽しむ会 13:00~14:00		音楽健康体操 13:30~14:30	落語を楽しむ会 13:00~14:00
	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 終日お休み
20	21	22	23	24	25	26
休館日	6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	健康麻雀を楽しむ会 9:00~16:00	団体利用 9:00~14:00	パソコン教室 10:00~12:00	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	安全安心相談 14:00~15:00		手工芸教室 13:00~15:00	いきいき健康体操 13:00~13:40	太極拳教室 10:30~12:00
	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 午後のみ	カラオケ 午前・午後	折り紙を楽しむ会 13:00~14:30
27	28	29	30	 <p>家の中で軽い運動を行い健康維持に努めましょう。 湿度が高くなる時期に入りますので 食中毒に気を付けましょう。</p>		
休館日		いきがいデイ 9:00~11:30				
	スローステップ運動 13:00~13:40		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			

☆ 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)

※コロナ感染症緊急事態宣言のため、6月20日までカラオケはお休みです。

<石神井台敬老館 6月の事業予定>

申込み受付：5月20日(木)9時～5月29日(土)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。

★ 2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
★ 3・10・17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。	時間; 10時～11時30分 定員; 4名 場所; 多目的会議室
★ 5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
★ 9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
★ 11日・25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
★ 12日・26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
★ 16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
★ 18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
★ 19日(土)「落語を楽しむ会」 こんな時期だからこそお笑いを一席	時間; 13時～14時 定員; 6名 場所; 娯楽室
★ 21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ぶ	時間; 10時～11時 定員; 2名 場所; 娯楽室
★ 22日(火)「安全安心相談」 熱中症予防についてのお話	時間; 14時～15時 定員; 6名 場所; 娯楽室
★ 30日(水)「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

★12日・26日(土)「折紙を楽しむ会」

13時～14時30分
各5名
娯楽室



「つるの小物入れ」を作成します

★24日(木)「手工芸教室」

13時～15時
各回 4名
多目的会議室



「可愛い針山」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 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 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).....1日・15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・・7月の利用は6月1日(火)から受付け致します