

# でんえんの風

2024年11月

大田区田園調布4-44-9 TEL:03-3721-8066

シニアステーション田園調布西



## ● でんにし通信 ●

今年の敬老の日イベントは「作品展」と題して、皆さまの作品を展示させていただきました。  
ご鑑賞いただき、楽しい交流の場となりました。



ありがとうございました！

## (株) 明治 運動と健康セミナー

**注目!** 11月19日(火)  
13:30~15:00



歩き方、骨の元気度チェック！  
この機会に、筋肉や足腰年齢を確認  
しませんか！健康講話ほか

◆予約制 ◆無料

## 大田区保健所・調布地域健康課 口から始める健康講座



11月15日(金)  
14:00~15:00

誤えん性肺炎の予防のおはなし  
運動指導士による全身運動

●お申し込み：10月21日(月)~  
●予約制(先着20名) ●無料



## ダンスdeハッピー

~ シニア向けヒップホップ ~

11月29日(金) 10:00~11:00

だれでも かんたんに  
かっこよく 踊れる！！  
楽しい音楽に合わせて 筋力アップ！

講師：佐藤 由美子先生  
(第2・4火曜「カキラ」講師)

◆予約制 ◆無料

## 紙バンドで花結びフローキ作り



11月20日(水)  
10:00~11:30

◆予約制 ◆材料費：100円

## 将棋

毎週(木) 10:00~12:00

1階和室にて  
お気軽にご参加ください！



## でんにしのプログラム

QRコードをスマホのカメラにかざして、  
ホームページからご覧になれます。



## ● 12月のマッサージ (無料)

11月15日より、お電話にてご予約を承ります。  
椅子に座って15分のマッサージです。  
マスク着用、手ぬぐいをご持参下さい。