

# はつらつ大泉便り 1月号

発行:平成30年12月25日 第21号

練馬区立 はつらつセンター大泉

〒178-0061 練馬区大泉学園町 1-34-20

Tel 03-3867-3180 Fax 03-3867-3181

URL <http://www.nerima-swf.jp/>

Email [oizumi-center@nerima-swf.jp](mailto:oizumi-center@nerima-swf.jp)

新年のご挨拶

2019 

1/25(金)~1/27(日) 新春作品展♪  
9時~17時 (最終日は16時迄)

お謹  
祝いで  
新年の  
お祝い  
を申し  
上げま  
す

一年を振り返りますと、地震、台風、猛暑と「災」の多き年でした。新年は平成から新たな年号に変わる年です。「災い転じて福となす」そんな年であることを願いつつ、地域の御高齢者の皆様が生き生きと暮らせる「街づくり」につながること業運営に引き続き邁進して

職員一同

あけまして  
おめでとう  
ございます

平成三十一年

当センターご利用者や、近隣施設の方々が趣味や習い事で制作された作品をご鑑賞いただけますので、皆様お誘い合わせの上、ご来場下さい。

(イベントにて年齢問わず鑑賞可)


<作品募集>

☆出品点数は大小にかかわらず、**お一人2点**までとなります。ご自身でセンターへの持ち込みをお願いいたします。☆詳しくは事務室まで

作品募集期間 1/10(木)~1/19(土)9時~17時

<作品展当日の受付ボランティア募集中>

☆詳しくは事務室まで

利用者懇談会のお知らせ 

☆はつらつセンター大泉をご利用の皆様・地域の皆様と意見交換をする機会を設けさせていただきます。どなたでもご参加いただけます。どうぞお気軽に足をお運び下さい。

☆日時 1月30日(水)14時~15時

☆**集会室1・2**

団体サークル活動中の皆様へ

現在使用している登録証の有効期限が平成31年3月31日までとなり、引き続きご利用する場合は**更新の手続き**が必要となります。詳しくは2月のお便りにてご案内いたします。

当日先着受付

映画会 

☆1月5日(土)

☆①13時~ (開場12時50分)

☆②15時~ (開場14時50分)

☆③17時~ (開場16時50分)

☆無料 ☆20名 ☆**倶楽室**

☆整理券配布ありません

☆上映内容と終了時間は事務所まで

♪はつらつ体操♪ 

☆毎週 月・水・土

☆①10時~ ②11時~ 各回30分

☆無料 ☆各回30名 ☆**トレーニング室**

☆整理券配布 9時~ ☆上履き・タオル・水分

♪ミュージカルピクス♪ 

☆1月8日(火) 10時~11時

☆無料 ☆50名 ☆**集会室1・2**

☆整理券配布 9時~ ☆タオル・水分

☆楽しい振り付きダンスもあります

こども交流会 

☆1月18日(金)10時~11時

☆無料 ☆30名 ☆**集会室1・2**

☆開場 9時45分~

☆整理券配布ありません

☆作品展の飾りづくりをしましょう♪

季節の壁面制作応援団 

☆1月7日(月)・15日(火)・22日(火) 10時~11時半

☆無料 ☆各回15名 ☆**集会室1又は2**

## 今月の個人開放事業

### 卓球 (集会室2)

☆ < 9時~12時 >  
 6(日)・9(水)・11(金)・17(木)  
 19(土)・23(水)  
 ☆ < 13時~20時 >  
 5(土)・10(木)  
 ☆ < 17時~20時 >  
 8(火)・15(火)・16(水)  
 18(金)・22(火)・28(月)

### カラオケ (倶楽室)

☆ < 9時~12時 >  
 7(月)・12(土)・15(火)  
 18(金)・23(水)・26(土)  
 28(月)  
 ☆ < 13時~17時 >  
 4(金)・19(土)

### 筋トレマシン(トレーニング室)

☆ 毎週 火・金・日 15時半~17時  
 ☆ 無料 ☆ 事前登録制 ☆ 上履き・タオル・水分

## 筋トレマシン スタート事業 始まります

### 筋トレマシンの使い方を 習得しませんか？

☆ 講座期間  
 2月5日(火)~3月19日(火)  
 午後1時30分~午後3時  
 毎週火・金(週2回)全12回  
 ☆ 定員10名(抽選)  
 ☆ スポーツ保険代800円  
 ☆ 申込期間  
 1月4日(金)~18日(金)  
 ☆ 当選発表 1月25日(金)  
 ☆ 申込用紙配布 12/22(土)~  
 ※ 詳しくは事務室まで

HCO さくら は  
 ボランティアを  
 応援する会です



今月は  
お休み

抽選申込

## 相談会開催日

健康相談会 毎週火曜 10時~12時  
 事前にご予約下さい。

生活相談会 随時受付いたします。  
 窓口にお申し出下さい。

営業  
7日(月)  
~

## フレンドリー カフェポム

休業日 土曜・日曜・祝日  
 営業時間  
 10時30分~17時  
 (ラストオーダー16時半)

## つくいっこの家

野菜等の販売会  
 営業日  
 毎週水・金  
 11時頃

## 練馬区主催事業

### 高齢者筋力向上トレーニング

☆ 期間中トレーニング室にて毎週火・金曜日の午前中開催

### いきがいレイサービス

☆ 期間中集会室1にて毎週木曜日の午前中開催

お申込みお問い合わせは下記にお願いいたします。

担当：練馬区高齢社会対策課  
 介護予防生活支援サービス係  
 03-5984-4596

## 業者点検、定期清掃など

【定期清掃】1月20日(日)17時~  
 ※ 定期清掃日は17時で閉館となります。

## 情報発信・収集コーナー

同コーナーのパソコンは無料でご利用できます。  
 ご希望の方は事務室窓口までお申し出ください。  
 ※ 音を出す場合はイヤホンをご持参ください。  
 ※ パソコン相談会日(1/10・24)は4名分を通常  
 開放いたします。

社会福祉法人  
 練馬区社会福祉事業団  
 Nerima Social Welfare Foundation

## 練馬区立 はつらつセンター大泉

### ■ 開館時間 ■

午前9時~午後9時30分(休館日12月29日~1月3日)  
 ※ 毎月第3日曜日は定期清掃のため午後5時閉館となります。

### ■ 個人利用について ■

利用には個人利用登録が必要です。  
 健康保険証などの公的な本人確認書類と、緊急時に連絡が  
 とれる方の氏名・住所・電話番号を書いたメモなどをご持参  
 ください。利用証を発行いたします。他のはつらつセンター  
 または敬老館で発行された利用証でも利用できます。

