

※新型コロナウイルスの感染状況により、変更になる場合がございます。館内掲示やホームページをご覧ください

発行：令和3年8月25日 第52号



# はつらつ大泉便り 9月号



ご来館前に検温を実施し、必ずマスク着用の上お越しください。37.5度以上の方はご来館いただけません

**感染予防対策のため、一部休止・制限しております**

- ◇お風呂
- ◇湯呑み、お湯
- ◇血压計
- ◇西棟での囲碁将棋
- ◇館内での飲食
- ◇トイレのエアータオル
- ◇個人開放事業

敬老の佳き日、ご長寿のお喜びを申し上げます。

いきいきフェスティバルが中止となるなど、感染が拡大するコロナ禍ではありますが、皆様の健康増進に向けた活動が途切れることの無いよう、感染予防を含め、様々な工夫に取り組みながら地域の高齢の皆様にご喜ばれる施設となるよう努力してまいります。

今後ともよろしくお願い申し上げます

はつらつセンター大泉 所長

## いきいきフェスティバル 中止のご案内

「いきいきフェスティバル(旧 敬老祭)」は、感染拡大予防のため中止とさせていただきます。代わりに、ご自宅でも楽しめる脳トレやぬり絵の冊子を受付け窓口にて期間限定で差し上げます。※無くなり次第終了  
何卒ご了承のほどよろしくお願いいたします。

**配布期間：9月15日(水)～20日(月)**

**配布場所：はつらつセンター大泉 受付窓口**



### 事前申込・抽選

はつらつ体操と筋トレ開放の抽選申込みのみ  
右記の日程で行います。

★翌月の1日～末日分を毎月抽選いたします★

申込期間 9月15日～9月21日まで  
事務所に直接申込  
※電話申込み不可  
抽選結果 9月25日に館内掲示で発表  
電話でのお問い合わせ可

### はつらつ体操

期間：10月1日～10月31日

毎週 月・水・土

※週1回 曜日・時間 固定

①10:00～10:30 ②11:00～11:30

■会場：トレーニング室 ■定員：各15名

■持物：上履き、飲物、タオル(80cm程度)

■専用用紙でお申込みください



### 筋トレマシン個人開放

期間：10月1日～10月31日

※週2回 曜日・時間 固定

① 火曜 15:30～17:00 / 日曜 13:00～14:30

② 金曜 15:30～17:00 / 日曜 15:00～16:30

■会場：トレーニング室 ■定員：各15名

■持物：上履き、飲物、マシンを消毒するアルコール、筆記用具、雑巾

■専用用紙でお申込みください

筋トレマシン講座を修了された方対象です



**NEW きがるんビデオ体操**

ビデオの音楽に合わせて行うミニ体操です。  
事前予約無し、当日受付にお申し出ください。  
※講師指導無し

日時：9月7.14.21.28日(火)

①9:30 ②10:00 ③10:30 ④11:00

※①～④同じ内容の体操です

会場：娯楽室 定員：各6名 持物：飲物

**NEW 自由に 色塗り絵**

四季折々の色鉛筆ぬり絵と水彩ぬり絵です。  
事前予約無し、当日受付にお申し出ください。  
※講師指導無し ※途中入室の場合も時間にて終了


日時：9月17.24日(金)

①9:30～10:20 ②10:40～11:30

会場：娯楽室 定員：各8名

持物：絵具はご自由にお持ちください

**個人開放事業**

卓球	 <p><b>当面の間お休み</b></p>
囲碁将棋	
筋トレ	

**相談会開催日**

◆健康相談	火・木・金 9:00～15:00 事務所にお申し出ください
◆生活相談	随時受付いたします 事務所にお申し出ください
◆栄養相談	14日(火) 10:00～12:00 事務所にお申し出ください

カフェわれもこう  
大泉学園店

**当面の間お休み**  
詳細はお問い合わせください

つくりっこの家

**野菜等の販売会**  
館内掲示をご覧ください

**業者点検、定期清掃など**

【定期清掃】9月19日(日) 17:00～  
※定期清掃日は17:00で閉館となります

**練馬区主催事業**

お問い合わせ先 練馬区高齢社会対策課  
介護予防係 ☎03-5984-2094

- ◆ねりまちウォーキングクラブ
- ◆高齢者筋力向上トレーニング
- ◆いきがいデイサービス

**情報発信・収集コーナー**

パソコンをご利用いただけます。(無料)  
ご希望の方は事務所窓口にお申し出ください。  
パソコン相談会中(第2・4木曜)は、使用出来ません。  
※音を出す場合はイヤホンをご持参ください  
★1人1日1時間まで★

**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 URL：http://www.nerima-swf.jp/  
FAX：03-3867-3181 Email：oizumi-center@nerima-swf.jp

◆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。

◆ご利用方法について◆  
練馬区在住、60歳以上の方ならどなたでもご利用いただけます。  
ご利用には利用登録が必要です。保険証などの公的な身分証明書と、  
緊急時連絡が取れる方の氏名・住所・電話番号をご持参ください。  
利用証を発行いたします。他のはつらつセンター・敬老館の利用証でもご利用いただけます。

