



はつらつ大泉便り 8月号



おしらせ

いきいきフェスティバル

9月6日(土)いきいきフェスティバルを開催します。
詳しい内容は後日発表します...お楽しみに!

ボランティアの募集をしております!
ご協力いただける方、ご興味がある方は
受付までお声掛けください。
8月27日(水)に事前説明会を行います。



事前申込 抽選

申込期間 :8月1日(金)~8日(金)
申込方法 :事務所(9:00~17:00) 電話(10:00~17:00)
抽選結果 :郵送にてお知らせいたします。(8月15日以降)

ねりまちウォーキング

ウォーキングの基礎、実技を学び、継続するための
コツを学びます。

日時: 9月10日~10月1日、11月5日~11月19日
毎週水曜日 13:30~15:00【7日制】

- 会場: 集会室
- 対象者: 55歳以上の練馬区民の方
- 定員: 15名(抽選) ■費用: 500円



事前申込・先着順

申込方法 事務所受付 (9:00~17:00) 電話 (10:00~17:00)

はつらつ手づくり塾

「フラワーセラピー リボンの刺繍枠」

日程: 8月20日(水) 10:15~11:45
 ■会場: 集会室 ■定員: 10名
 ■対象者: 60歳以上の練馬区民の方
 ■持物: 工作用ハサミ、ボンド、持ち帰り袋
 (あればお好きなリボン25cm、2~3本)
 材料費500円

※材料費は当日会場で講師にお支払いください。
お釣りのないようご注意ください。



川柳講座 川柳を楽しもう

お題『雲』

日程: 8月30日(土) 10:00~11:30
 ■会場: 集会室
 ■定員: 10名
 ■対象者: 60歳以上の練馬区民の方
 ■持物: 筆記用具

五七五のリズムであなたの人生の機微を
表現してみませんか?
一緒に楽しいひと時を過ごしましょう。



当日先着受付

※対象者の記載がない事業は利用証をお持ちの方です。

★トワイライト チェロ・ギターコンサート♪

日程: 8月29日(金) 17:30~18:30
 ■会場: 交流談話サロン
 ■定員: 40名
 ■対象者: 練馬区民の方
 ■整理券配布 17:15~



黄昏に響くチェロ・ギターのメロディーを楽しみましょう!

ワークショップ デコパーズを楽しもう!!

日程: 8月6日(水) 10:00~
 ■会場: 交流談話サロン
 ■定員: 材料無くなり次第終了
 ■対象者: 練馬区民の方

どなたでも参加できます!



ランチクッキング

日程: 8月18日(月) 10:00~13:00
 ■会場: 交流談話サロン ■定員: 10名
 ■対象者: 60歳以上の練馬区民の方
 ■持物: 参加費300円、エプロン、三角巾
 ■整理券配布: 9:00~



はつらつ体操 毎週 月・水・土

9:30~10:00/10:30~11:00
 ■会場: トレーニング室 ■定員: 25名
 ■持物: 上履き・飲物
 ■整理券配布: 9:00~



はつらつ街かどピアノ「だれでも自由に演奏会」

日程: ①8月13日(水) ②8月27日(水)
 15:00~16:30/17:30~19:00

- 会場: 交流談話サロン
- 対象者: 練馬区民の方
- 持物: 楽器の持込は要相談

貴方の演奏を聴かせ
てください。聴いて
くれる人も大募集。



♪ミュージカルビクス♪

日程: 8月5日(火) 10:00~11:00
 ■会場: 集会室 ■定員: 40名
 ■持物: 飲物 ■整理券配布: 9:00~



わくわく絵本 『あつい!』

日程: 8月13日(水) 11:10~12:00
 ■会場: 集会室 ■定員: 20名
 ■対象者: 練馬区民の方



映画会

上映内容は館内掲示をご覧ください。

日程: ①8月28日(木) 17:30~19:30
 ②8月29日(金) 9:30~11:30
 ■会場: 娯楽室 ■定員: 20名

※直接会場にお越しください。

