



はつらつ大泉便り 7月号



草取り

HCO さくら

募集中!

日程: 7月1日(水) 10:10~11:00
■会場: 集会室 ■対象者: 練馬区民の方
■持物: 飲物、帽子、軍手、タオル

学生さんと一緒に草取りをしてくださる方募集中! ボランティアに興味がある方ぜひ受付までお声掛けください!



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)

パソコン・スマホ相談会

※1人1回

講師:練馬ITリーダーの会

日程: 7月9日(木)・7月23日(木)

①13:00~14:00 ②14:10~15:10

■会場: パソコンコーナー

■定員: 各5名

■対象者: 60歳以上の練馬区民の方

■持物: スマートフォンなど



ステップアップスマホ相談会

日程: 7月20日(月) ※1人30分以内

① 9:30~10:00 ② 10:00~10:30

③ 10:30~11:00 ④ 11:00~11:30

⑤ 11:30~12:00

■会場: 娛樂室 ■定員: 各1名計5名

■対象者: 60歳以上の練馬区民の方

■持物: スマートフォン



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。

『音楽健康指導士』によるうたと音楽の健康レクリエーション

日程: 7月16日(木) 10:00~11:00

■会場: 集会室

■定員: 40名

■対象者: 60歳以上の練馬区民の方

■持物: 飲物

■整理券配布: 9:30~

カラオケを使った歌と体操です!



はつらつ壁面制作応援団「ショウ・タイム!!」

日程: 7月29日(水) 10:10~12:00

■会場: 集会室

■定員: 12名

■持物: 飲物

大泉桜高校の皆さんと創りましょう!



わくわく絵本『涼風』

日程: 7月8日(水) 11:10~12:00

■会場: 交流談話サロン

■定員: 20名

■対象者: 練馬区民の方



ワークショップ ナンプレひろば

「ナンプレってこんなに簡単だったの?」

日程: 7月15日(水) 10:30~12:00

■会場: 交流談話サロン

■対象者: 練馬区民の方

※最終受付11:30まで

初めての方もお気軽にチャレンジしてください!お待ちしております!



ヘルシーフラダンス

日程: 7月1日(水) 13:00~14:00

■会場: トレーニング室

■定員: 20名

■持物: 飲物・筆記用具



ランチクッキング

日程: 7月21日(火) 10:00~13:00

■会場: 調理室(交流談話サロン)

■定員: 10名 ■整理券配布: 9:00~

■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



はつらつ街かどピアノ「だれでも自由に演奏会」

日程: 7月8日(水)・7月22日(水)

①15:00~17:00 ②17:30~19:00

■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。



ミュージカルピクス

日程: 7月7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~



映画会

上映内容は館内掲示をご覧ください。

※直接会場にお越しください。

日程: ①7月30日(木) 17:30~19:30

②7月31日(金) 9:30~11:30

■会場: 娛樂室 ■定員: 20名

