



はつらつ大泉便り 6月号



団体・利用者懇談会開催のご案内

- 日程：6月4日(水) ■ 会場：集会室
- 団体懇談会：9:30~10:30
- 利用者懇談会：10:30~11:30

より良い団体活動・運営を目指し懇談会を開催いたします。
 気持ち良く活動していただけるよう皆様のご意見
 ご要望をお聞かせください。
 たくさんのご参加をお待ちしております！



事前申込・先着順

熱中症予防講座とイスde盆踊り

ボランティアグループ玉手箱講座

- 日程：6月14日(土) 10:10~11:30
 - 会場：集会室 ■ 定員：20名
 - 対象者：60歳以上の練馬区民の方
 - 持物：飲物、筆記用具、運動しやすい服装
- ※熱中症を予防して、楽しく盆踊り?!



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)

NEW 健康麻雀初心者教室

- 日程：6月9日(月) 10:00~11:30
- 会場：集会室 ■ 定員：16名
- 対象者：利用証をお持ちの方
- 持物：筆記用具

※窓口のみの受付になります。

麻雀が初めての方や麻雀のやり方を忘れてしまった方。



ナンプレ解き方講座 今回は初級編です!

- 日程：6月17日(火) 10:30~12:00
- 会場：集会室 ■ 定員：16名
- 対象者：60歳以上の練馬区民の方
- 持物：飲物、筆記用具

※はじめての方、大歓迎!!

今年度はあと2回10/15(水)、2/27(金)開催予定!



東京都スマートフォン教室

- 日程：6月4日、11日、18日、25日
- 毎週：水曜日 9:15~12:15
- 会場：娯楽室 ■ 定員：10名
- 対象者：60歳以上の練馬区民の方
- 持物：スマートフォン、
スマートフォン貸出可能
- 内容：基本操作、コミュニケーション
情報収集、申請・決済、総復習

4回コース 申込受付中



理学療法士が伝える！ 介護予防・フレイル予防講座!

hcoizumi101@gmail.com
オンライン(ご自宅)参加専用

第3回 腰痛予防

- 日程：6月19日(木) 14:30~15:30
- 申込開始：6月1日(日)から
- 会場：集会室
- 対象者：60歳以上の練馬区民の方
- 定員：30名(オンライン中継) 5名(タブレット)
- 持物：飲物、筆記用具、運動しやすい服装



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。

音楽演奏会 AKワイワイ(バンド)

- 日程：6月7日(土) 10:30~11:30
- 会場：集会室 ■ 定員：60名
- 対象者：練馬区民の方 ■ 整理券配布9:00~
- 持物：飲物 昭和歌謡曲! みんなで歌いましょう♪



ランチクッキング

- 日程：6月16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



ミュージカルビクス

- 日程：6月3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 『入梅』

- 日程：6月11日(水) 11:10~12:00
- 会場：集会室 ■ 定員：20名
- 対象者：練馬区民の方



NEW 健康麻雀開放 ※交代制です。最終受付は15:30です。

- 日程：6月9日(月) 13:30~17:00
- 会場：集会室 ■ 定員：20名



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：①6月11日(水)②6月25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。



映画会

上映内容は館内掲示をご覧ください。

- 日程：①6月26日(木) 17:30~19:30
②6月27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。

