

ひかり

4

はつらつセンター光が丘便り

4月号(第414号)

発行:令和6年3月25日

練馬区立はつらつセンター光が丘

電話 03(5997)7717



QRコードを対応のスマートフォンや携帯電話で読み取るとご覧いただけます。

〒179-0072 練馬区光が丘 2-9-6 光が丘区民センター3F
FAX 03(5997)2130 E-mail hikari-center@nerima-swf.jp

パソコンからは[練馬区立はつらつセンター光が丘](#) 検索

事務室よりお知らせ

■新年度を迎えて

満開の桜が、道行く人を楽しませてくれる季節となりました。新年度を迎え、今年も皆様が元気に集うことができるような事業を行うべく、介護予防や色々な方との交流、趣味活動など様々な事業を展開していきたいと計画しております。皆様の笑顔が見れるように努力していきたいと思っておりますので、よろしくお祈りいたします。また、今年度は特技などを活かして地域活動を行いたいと希望される方々の支援する事業やスマートフォン相談も始まります。ご興味がある方がいらっしゃいましたら、事務室までお声掛けください。お待ちしております。

■新年度の運営委員会が始まります

はつらつセンター光が丘ではご利用者の相互交流およびセンターの円滑な運営を図るため、運営委員会を設置しています。登録団体の代表者と個人の利用者、それに民生委員と職員で構成され、センター内の様々な問題や改善点を隔月で話しあっています。おかげさまで年を重ねるごとに充実して参りました。

新年度を迎えて、4月より新しい運営委員でスタートします。運営委員会の構成メンバーや議事内容等は館内の掲示をご覧ください。皆様のご意見はこの他、アンケートや利用者懇談会など随時お伺いしております。あわせてよろしくお願いいたします。

今月の主な催し

◇西アフリカ文化を楽しもう

～4月5月コカドラムを作って遊ぼう～
遠く離れた西アフリカの文化を楽しむ事業です。4月に打楽器を作り、5月に打楽器を使って、みんなでリズム遊び、演奏を行います。西アフリカのお話もお聞きします。

◇丹田呼吸法

丹田呼吸法は腹式呼吸を更に発展させた呼吸法です。3月に好評でしたので毎月第3金曜日に行うことになりました。動きやすい服装でおいで下さい。