

平成27年 10月号

春日町

敬老館便り

発行日：平成27年10月1日

〒179-0074

練馬区春日町2-28-3

Tel / Fax 03 (3998) 8798

URL <http://www.nerima-swf.jp/>



「マイナンバー制度が始まります！」平成27年10月から住民票のある全ての方にマイナンバーが通知されます。  
・マイナンバーは住民一人ひとりに付される12桁の番号です。  
・マイナンバーは原則として生涯にわたり使用しますので大切に管理してください。  
・マイナンバーは法律で定められた目的以外にむやみに他人に提供しないでください。  
【ご注意】※区などの公共機関からマイナンバーに関する個人情報を照会することはありません。不正な目的でマイナンバーを聞き出そうとする詐欺などに十分ご注意ください。お問い合わせ先：練馬区マイナンバー制度コールセンター電話 0570-03-3178 午前9時～午後5時（日曜、祝日、年末年始を除く）外国語は英語、中国語、韓国語に対応

★ 黒田先生の健康体操教室 ★

6日（火）午前10時半～11時半

☆テレビでおなじみ、黒田恵美子先生の健康体操教室です。「いたまず・健康で・うつくしく」100歳まで健康的に暮らしていくことができるように！！

練馬高松園支所  
様主催の事業です！！

生涯学習コースシリーズ

「知っ得スクール まつぼっくり」

30日（金）午後2時～3時 第三娯楽室

内容：「在宅介護を知ろう①」

練馬高松園支所  
様主催の事業です！！

ピアノに合わせてハーモニー♪

16日（金）午後2時～3時



★ 俳句教室

21日（水）午前10時～11時半

☆第三娯楽室にて



午前の健康体操（第3金曜）

16日（金）午前10時～11時

午後のいきいき体操

6日（火）20日（火）午後2時～3時



★ 認知症サポーター養成講座（館長講座）

23日（金）14時～15時半 ☆第三娯楽室にて

○修了時オレンジリングをお渡しします。

★【物づくりクラブ】

10月は「カードケースを作りましょう」

28日（水）、29日（木）午前10時～11時半



★ 小さな映画会

31日（土）午前10時～12時

※上映作品につきましては事務所にお問合せ下さい。



★フラダンス教室 & フラクラブ

教室・・・19日（月）午前10時半～11時半

クラブ・・・26日（月）午前10時半～11時半



★輪投げの会 & 輪投げクラブ

会・・・13日（火）、27日（火）

クラブ・・・6日（火）、20日（火）

☆第三娯楽室にて、午後1時半～3時



◆◆◆練馬区立敬老館のご利用方法◆◆◆

☆練馬区在住で60歳以上の方ならどなたでもご利用になれます。

☆「利用証」（男性：ブルー、女性：ピンク）は保険証・免許証等の公的な身分証明書と、緊急連絡先の住所・電話番号をお持ちいただければ発行できます。

☆発行した「利用証」で、区内全ての敬老館、高齢者センターをご利用いただけます。また、高齢者センターの利用証でも敬老館をご利用いただけます。

☆開館時間は 月～土 午前9時から午後5時までです。

※ 各事業申込みが必要です。毎月1日から申込みを受け付けています。（直接または電話でも可能です）