

3月 はつらつ 関 便り

◆だいこんブラスと 観客のみなさんと一緒◆

練馬大根にちなんで名づけられた「だいこんブラス」は、大泉中の吹奏楽部OBが中心になって生まれたバンドです。

【日時】3月23日(土) 10時~11時
【会場】多目的ホール(2階)
【定員】150名
【申込】受付中(先着順)



※区民ホールとの共催イベントです。高齢者に関わらずどなたでもご参加いただけます。

★血管年齢測定会★

血管年齢測定機で測定し、看護師が健康に関するアドバイスをします。

【日時】3月4日(月)
10時~11時30分

【会場】生活相談室(3階)

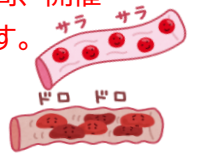
【定員】12名

【申込】2月20日(火)~先着順



※春の測定会として3月~5月の3か月間、開催します。3か月間で1回ご参加できます。

※正しく測定するため、爪は切り、マニキュアは落としてご参加下さい。



◆「利用証更新」のお知らせ◆

現在お使いの利用証は令和6年3月31日が有効期限です。

【申請開始】2月1日(木)~

【持物】

- ・利用申請書(受付にあります)
- ・現在使用している利用証
- ・本人確認ができる公的な書類
- ・緊急連絡先のメモ

受付中
です



※新規の方もこの期間内に申請できます

※新しい利用証は、性別にかかわらず全員「りんどう色」です。

★高齢者対象セーフティ教室★

特殊詐欺やひったくりなど、高齢者を狙った犯罪が急増しています。ひとりでも多くの高齢者に対し、このような犯罪被害に遭わない方法を紹介します。

【日時】3月19日(火)

14時~15時

【会場】講習室(1階)

【定員】20名

【申込】事前申込・抽選



◆うたと音楽の 健康レクリエーション◆

「音楽健康指導士」の講師を迎えて体を動かす音楽レクリエーション。区民ホールとの共同事業のため、年齢にかかわらず一般の方もご参加いただけます。

【日時】4月16日(火)14時~15時

【会場】多目的ホール(2階)

【定員】70名

【申込】3月1日(金)~ 先着順



★壁面飾りを作ろう★

センター内の飾りつけを作成して下さる、ボランティアさんを募集します。一緒に「はつらつセンター関」を季節感あふれる素敵な空間にしませんか。3月は「つるし飾り」を作成します。

【日時】3月11日(月) 10時~11時30分

【会場】講習室(1階)

【定員】15名

【申込】2月20日(火)~先着順

