

2月 はつらつ 関 便り

〒177-0051

練馬区関町北1丁目7番2号(関区民センター内)

☎:03-3928-1987 (FAX:03-3928-1800)

HP: <https://www.nerima-swf.jp/office/53?c=28>

✉: seki-center@nerima-swf.jp

心に響く南米アンデス音楽

～明るくて哀しい“風の音”～

区民ホールとの共同開催です。「はつらつシニア活躍応援塾」を卒業した練馬区内のボランティア団体のメンバーを招いて開催します。

伝統的で、生活に密着した音楽です。明るくて哀しい風の音を一度聞いてみませんか。

【日時】 令和8年2月14日(土)14時～15時30分

【会場】 多目的ホール(2階)

【定員】 150名

【申込】 受付中



『理学療法士が伝える！

～脳卒中の予防～

【日時】 2月19日(木)14時30分～15時30分

【会場】 洋室(3階)

【定員】 20名

【申込】 2月2日(月)から先着順

※オンラインでも中継いたします。
希望される方は、メールアドレス又は
QRコードを読み込んでお申込み下さい。



hcseki1@gmail.com

※オンライン受講専用

『認知症サポーター養成講座』

認知症サポーター養成講座は、認知症の方をより深く理解するための講座です。受講された方には、練馬区オリジナルの認知症サポーターカードを差し上げます。

【日時】 2月20日(金)14:00～15:30

【会場】 講習室(1階)

【定員】 15名

【講師】 認知症サポーターキャラバンメイト

【協力】 第二光陽苑地域包括支援センター

【申込】 1月20日(火)から先着順

～壁面飾り こま犬～

壁面飾りを作成して下さったボランティアの皆さま、ご協力ありがとうございました。センター内がとても明るくなりました。

また次回もご協力お願い致します。



◆「作品展示会」開催と作品募集のお知らせ◆

はつらつセンター登録団体や、センターの事業で作成した作品、講師の方々の作品などを鑑賞できる「作品展示会」を下記の日程で開催します。

【開催期間】 3月6日(金)から3月7日(土)

10時～17時(7日は15時30分まで)

【会場】 講習室(1階)

※作品募集について

【対象】 はつらつセンター・敬老館いずれかの利用証をお持ちの方

【募集】 2月14日(土)から2月21日(土)まで

※当日のボランティアも募集しています。

※その他詳しくは、ポスター又は職員にお問い合わせください。

★スマホ相談について★



★基本操作のご質問は……



基本操作(電話のかけ方・メールの使い方など)のみ、窓口で対応させていただきます。お時間は5分～10分となります。職員が対応させていただきますので、難しいご質問はお答えできません。ご了承ください。

★窓口でお時間が足りない方は……



スマホ初心者相談会(先着申込)をご予約下さい。
お一人20分ずつ対応させていただきます。窓口での対応ではお時間が足りない時はご利用下さい。

★基本操作以外のご質問は……



スマホ教室をお申込みください。(抽選申込) ソフトバンクのスマホアドバイザーによる1時間半の講座です。個別相談もありますのでぜひご利用下さい。

2月：始めよう！災害の備え＋個別相談

3月：画面の見方を知ろう＋個別相談

