

4月

発行：令和3年3月20日

はつらつ 関便り

練馬区立はつらつセンター関

〒177-0051

練馬区関町北1丁目7番2号（関区民センター内）

TEL:03-3928-1987 FAX:03-3928-1800

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

Email: seki-center@nerima-swf.jp

皆様初めまして

令和3年4月より私たち練馬区社会福祉事業団が「はつらつセンター関」及び「関区民ホール」の運営を担わせていただくことになりました。

コロナ禍において、様々な利用制限がある中での運営になりますが、練馬区内にて多数の福祉施設を運営しているスケールメリットと経験を活かし、皆様のお声を聞きながら運営してまいりたいと思います。地域の皆様のお力も借りながら新型コロナの感染が終息したところには「皆様の笑顔であふれている」そんな施設を目指し、職員全員が邁進してまいります。

どうぞよろしくお願いたします。

はつらつセンター関

関区民ホール 所長 滝澤 久史

はつらつセンター関個人利用・開放事業

※必ず利用証を提示して下さい



お風呂・入浴設備
ご利用
できません

血圧計・体組成計
ご利用
できません

筋トレ開放
毎週火曜日
15:00～16:30
機能回復訓練室
※筋トレマシン講座を
修了した方のみ対象

卓球開放
8日(木)26日(月)
13:00～16:30
場所:洋室
卓球台は1台です

カラオケ開放
3日(土)17日(土)
9:00～12:00・13:00～16:30
場所:講習室
※マスク着用をお願いします
午前又は午後のどちらかを
ご利用いただけます

囲碁・将棋
月・水・金曜日
(主催事業日を除く)
13:00～17:00
場所:相談室

緊急事態宣言、緊急事態措置を踏まえた練馬区の方針に伴い、以下の設備のご利用を中止・制限しています。

- ◆館内での飲食、湯呑み、お湯
※水分補給は可能です。飲み物をご自分でご用意してください。
- ◆お部屋の利用人数を50%に制限しています。

感染症拡大防止に
ご協力ください



日	月	火	水	木	金	土
	4月 スケジュール表			1	2	3
					囲碁・将棋開放 13:00~17:00	カラオケ開放 9:00~12:00 13:00~16:30
4	5	6	7	8	9	10
	初めての スマホ体験 10:30~11:30	はつらつ体操 10:00~10:30	団体利用申込 受付終了		はつらつ体操 10:00~10:30	団体利用 抽選結果発表
	囲碁・将棋開放 13:00~17:00	筋トレ開放 15:00~16:30	囲碁・将棋開放 13:00~17:00	卓球開放 13:00~16:30	囲碁・将棋開放 13:00~17:00	
11	12	13	14	15	16	17
	さわってみよう iPad 10:30~11:30	はつらつ体操 10:00~10:30	水彩色鉛筆を 使ってみよう 10:00~11:00		はつらつ体操 10:00~10:30	
	囲碁・将棋開放 13:00~17:00	筋トレ開放 15:00~16:30	囲碁・将棋開放 13:00~17:00		囲碁・将棋開放 13:00~17:00	カラオケ開放 9:00~12:00 13:00~16:30
18	19	20	21	22	23	24
	初めての スマホ体験 10:30~11:30	事業申込開始			はつらつ体操 10:00~10:30	事業申込終了
	囲碁・将棋開放 13:00~17:00	筋トレ開放 15:00~16:30	囲碁・将棋開放 13:00~17:00	レクスポクラブ 14:00~15:00	囲碁・将棋開放 13:00~17:00	手工芸教室 14:00~15:00
25	26	27	28	29	30	
	さわってみよう iPad 10:30~11:30	事業抽選 結果発表 はつらつ体操 10:00~10:30	フルーツDe リズム体操 10:00~11:00	祝日 昭和の日	はつらつ体操 10:00~10:30	
	卓球開放 13:00~16:30 囲碁・将棋開放 13:00~17:00	筋トレ開放 15:00~16:30	囲碁・将棋開放 13:00~17:00		囲碁・将棋開放 13:00~17:00	

◆5月の事業申込・抽選・発表日程◆

- ★来館申込期間：4月20日から4月24日まで事務所に直接申込み。
- ★電話での申込み：23日と24日の2日間（利用証番号・利用証発行施設・氏名・電話番号・ご希望の事業名と日にちをお伝えください。
- ★4月27日に館内掲示で発表いたします。お電話でのお問い合わせもできます。
- ★定員に満たない事業は、来館でのお申込みのみ開催日前日まで、先着順にて受付けます。

練馬区主催事業

①いきがいデイサービス

毎週水曜日（登録制）

9：30～12：30

場所：機能回復訓練室

②高齢者筋力向上トレーニング

期間中の毎週月・木曜日 午後

場所：機能回復訓練室

③足腰しゃっきりトレーニング教室

期間中の毎週木曜日 午前

ホールにて行います

④ねりまちウォーキングクラブ

期間中の毎週木曜日 午後

※会場はお問い合わせください

※お申込みお問い合わせは下記をお願いいたします。

練馬区高齢社会対策課

①②③介護予防生活支援サービス係

03-5984-4596

④ 介護予防係

03-5984-2094

はつらつセンター主催事業

～下記の全ての事業申込・参加は抽選です～

★元気アップ体操

4月2日（金）10：30～11：30 機能回復訓練室 3階 定員10名

持ち物：汗拭きタオル タオル（80cm程度） 飲み物

★はつらつ体操～火曜日コース～

4月6日・13日・20日・27日（火）

10：00～10：30

持ち物：汗拭きタオル・飲み物

機能回復訓練室 3階 定員 10名

※はつらつ体操は火・金コースどちらか1コースにお申込みが可能です

★はつらつ体操～金曜日コース～

4月9日・16日・23日・30日（金）

10：00～10：30

持ち物：汗拭きタオル・飲み物

機能回復訓練室 3階 定員 10名

★初めてのスマホ体験

全2回コースです

4月5日（月）・19日（月）

10：30～11：30

生活相談室 3階 定員 5名

★さわってみようiPad

全2回コースです

4月12日（月）・26日（月）

10：30～11：30

生活相談室 3階 定員 5名

★水彩色鉛筆を使ってみよう

4月14日（水）10：00～11：00

生活相談室 3階 定員 10名

持ち物：水拭き用ハンドタオル

（汚れてもいいもの）

★レクスポクラブ～ボッチャ～

4月22日（木）14：00～15：00

洋室 3階 定員 12名

運動できる格好でご参加ください。

持ち物：飲み物、汗拭きタオル

★手工芸教室

4月24日（土）

14：00～15：00

生活相談室 3階 定員 10名

★フルーツDeリズム体操

4月28日（水）10：00～11：00

講習室 1階 定員 15名

持ち物：飲み物

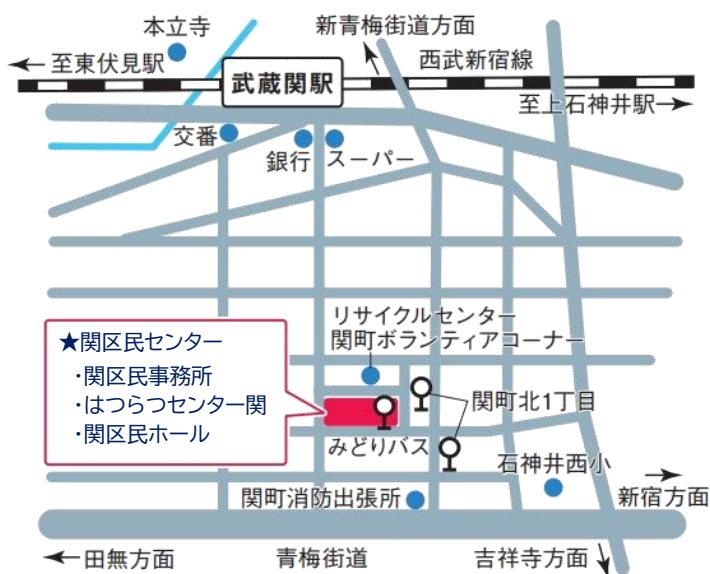
～個人利用証更新について～

はつらつセンター関では、運営法人変更により利用証の更新申請受付は、4月1日からになります。また、新型コロナウイルス感染防止による混雑緩和のため有効期限が2021年3月31日までの利用証をお持ちの方は、令和3年9月末までご利用いただけます。

ご不明な点は、窓口までお問い合わせください。

～団体登録申請について～

はつらつセンター関では、運営法人変更により団体登録申請の受付が、4月1日から開始になります。令和3年10月末まで、現在ご使用されている団体登録証をご使用できます。期間を十分に確保していますので、個人利用申請を待ってからゆっくりと更新手続きを行ってください。



● 武蔵関駅南口から徒歩5分



- みどりバス 関町ルート「区民センター前」下車
- 大泉学園駅南口～吉祥寺駅行「関町北一丁目」下車
- 荻窪駅北口～武蔵関行「関町北一丁目」下車
- 吉祥寺駅北口～都民農園セコニック、新座栄行「関町北一丁目」下車
- 三鷹駅北口～武蔵駅行「関町北一丁目」下車

◆開館時間◆

9:00～17:00 (休館日 日曜・祝日・年末年始)

◆ご利用方法について◆

練馬区在住、60歳以上の方ならどなたでもご利用いただけます。

ご利用には利用登録が必要です。保険証などの公的な身分証明書と、緊急時連絡が取れる方の氏名・住所・電話番号をご持参ください。

利用証を発行いたします。他のはつらつセンター・敬老館の利用証でもご利用いただけます。

※お車でのご来館はご遠慮ください。



練馬区立はつらつセンター関

指定管理者

社会福祉法人練馬区社会福祉事業団

～ありのままのあなたを大切にします～

