



はつらつ大泉便り 3月号



作品展

絵画、絵手紙、手工芸など素敵な作品をお楽しみください！どなたでもご覧いただけます。皆さまのご来館をお待ちしております！

作品展日程：3月8日(土) 9:00~17:00
：3月9日(日) 9:00~16:00

※「折紙を楽しもう!」「ギター・チェロ演奏会」「あなたをクロッキー(速写)で描きます」コーナーもあります。詳しくは館内チラシをご覧ください!



作品展作品募集のご案内

作品募集期間：2月24日(月)~3月2日(日)
受付時間：10:00~16:00
対象者：60歳以上の練馬区民の方
内容：お一人様2点まで
サイズは縦1m×横1m以内でお願いします。
趣味や習い事で制作された作品を展覧してみませんか?



NEW 事前申込・抽選

申込期間：3月1日(土)~8日(土)
申込方法：事務所(9:00~17:00) 電話(10:00~17:00)
抽選結果発表：郵送にてお知らせいたします。(3月13日以降)

足腰しゃっきりトレーニング教室

筋力強化、ストレッチを行い、膝や腰の痛みを軽減、予防します。

日時：4月3日~4月24日
毎週木曜日 10:00~11:00【4日制】

- 会場：集会室
- 対象者：55歳以上の練馬区民の方
- 定員：25名(抽選)
- 費用：500円



ねりまちウォーキング

ウォーキングの基礎、実技を学び、継続するためのコツを学びます。

日時：4月9日~4月30日、6月4日~6月18日
毎週水曜日 13:30~15:00【7日制】

- 会場：集会室
- 対象者：55歳以上の練馬区民の方
- 定員：15名(抽選)
- 費用：500円



事前申込・先着順

申込方法 事務所受付(9:00~17:00) 電話(10:00~17:00)

コラボde 声活講座&大泉図書館

日程：3月6日(木) 10:00~11:30
■会場：集会室
■対象者：60歳以上の練馬区民の方
■定員：16名
■持物：飲物



声活講座で声を出して元気になりましょう！ブックトーク・読み聞かせもお楽しみに！



ナンプレ解き方講座

日程：3月12日(水) 10:30~12:00
■会場：集会室
■対象者：60歳以上の練馬区民の方
■定員：14名
■持物：飲物、筆記用具



腕前不問、初心者OK!

当日先着受付

※対象者の記載がない事業は利用証をお持ちの方です。

ミュージカルビクス

日程：3月4日(火) 10:00~11:00
■会場：集会室 ■定員：40名
■持物：飲物
■整理券配布：9:00~



季節の壁面制作応援団

『練馬の桜名所大泉学園通り』
日程：3月26日(水) 10:10~12:00
■会場：集会室 ■定員：12名



映画会

★上映内容は館内掲示をご覧ください。
①3月27日(木) 17:30~19:30
②3月28日(金) 9:30~11:30
■会場：娯楽室 ■定員：20名
■直接会場にお越しください。



わくわく絵本 『春が来た』

日程：3月10日(月) 11:10~12:00
■会場：娯楽室
■対象者：練馬区民の方
■定員：20名

