



はつらつ大泉便り 5月号



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)

NEW 健康麻雀初心者教室

日程: 5月12日(月) 10:00~11:30
 ■会場: 集会室 ■定員: 16名
 ■対象者: 利用証をお持ちの方
 ■持物: 筆記用具
 ※窓口のみの受付になります。
 麻雀が初めての方や麻雀のやり方を忘れてしまった方。



はつらつ手づくり塾「ビーズボールペンダント」

日程: 5月14日(水) 10:15~11:45
 ■会場: 集会室 ■定員: 10名
 ■対象者: 60歳以上の練馬区民の方
 ■持物: ハサミ、材料費300円
 ※材料費は当日会場で講師にお支払いください。
 お釣りのないようご用意ください。



NEW 心と脳も愉快的ゆるるんあ〜と 〜臨床美術体験講座〜

ゆるっ〜とアートで気分るんるん♪
 日程: 5月16日(金) 14:00~15:30
 ■会場: 集会室 ■定員: 16名
 ■対象者: 練馬区民の方
 ■持物: 飲物、筆記用具



おしゃべりサロン 講師:ブーケの会 「私に合った後見人を見つけるには」

日程: 5月16日(金) 10:30~12:00
 ■会場: 交流談話サロン ■定員: 16名
 ■対象者: 練馬区民の方
 お茶をしながら楽しく考えましょう。恒例の手話歌もあります。



はつらつ生涯学習講座 セーフティー教室

「詐欺被害者にならないために」
 講師:石神井警察署
 日程: 5月28日(水) 10:10~11:10
 ■会場: 集会室 ■定員: 30名
 ■対象者: 60歳以上の練馬区民の方
 ■持物: 筆記用具



理学療法士が伝える! 介護予防・フレイル予防講座!

第2回 股・膝関節痛予防
 日程: 5月15日(木) 14:30~15:30
 申込開始: 5月1日(木)から ■会場: 集会室
 ■対象者: 60歳以上の練馬区民の方
 ■定員: 40名(メイン会場)
 ■持物: 飲物、筆記用具、運動しやすい服装



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。

音楽演奏会 だいこんプラス

日程: 5月31日(土) 10:30~11:30
 ■会場: 集会室 ■定員: 60名
 ■対象者: 練馬区民の方
 ■持物: 飲物 ■整理券配布: 10:15~



NEW 健康麻雀開放 ※交代制です。最終受付は15:30です。

日程: 5月12日(月) 13:30~17:00
 ■会場: 集会室 ■定員: 20名



はつらつ体操 毎週 月・水・土
 9:30~10:00/10:30~11:00
 ■会場: トレーニング室 ■定員: 25名
 ■持物: 上履き・飲物
 ■整理券配布: 9:00~



ランチクッキング

日程: 5月19日(月) 10:00~13:00
 ■会場: 交流談話サロン ■定員: 8名
 ■対象者: 60歳以上の練馬区民の方
 ■持物: 参加費300円、エプロン、三角巾



はつらつ街かどピアノ「だれでも自由に演奏会」

日程: ① 5月14日(水) ② 5月28日(水)
 15:00~16:30/17:30~19:00
 ■会場: 交流談話サロン
 ■対象者: 練馬区民の方
 ■持物: 楽器の持込は要相談
 貴方の演奏を聴かせてください。聴いてくれる人も大募集。



ミュージカルビクス

日程: 5月6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~



わくわく絵本 『風薫る』

日程: 5月14日(水) 11:10~12:00
 ■会場: 集会室 ■定員: 20名
 ■対象者: 練馬区民の方



映画会

上映内容は館内掲示をご覧ください。
 日程: ① 5月29日(木) 17:30~19:30
 ② 5月30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。

