

## 「熱中症特別警戒アラート」が発令された場合について

環境省の熱中症警戒アラートにて「熱中症特別警戒アラート」の場合、事業は中止となります。

## こんなことやります～8月～



### ◇筋トレマシンスタート事業【8月12日(火)～9月19日(金)】

毎週火・金曜日(全12回) 午前10時～午前11時10分 機能回復訓練室

【申込み】7月25日～8月4日 ※申込書をご記入ください ※抽選です【当選発表 8月6日】

### ◇アミカコンサート 【8月9日(土)】

### ◇絵手紙初心者教室(全3回)【①8月27日②9月24日③10月22日(水)】

※申込方法など詳細は「ひかり」次号または館内のひかり掲示板をご覧ください。

## サークルの部屋の抽選後利用申請がWEBでできるようになりました

奇数月の利用は <https://logoform.jp/form/G2rU/1009637>

偶数月の利用は <https://logoform.jp/form/G2rU/826368>

こちらから申請していただけます。申請後3営業日後に

承認書をお渡しします。詳しくは事務所まで。



【奇数月QR】【偶数月QR】

課題用紙の配布/提出先：はつらつセンター光が丘事務所

### ◆川柳部作品・次のお題は「あつい」「自由題」提出締切～7/15

提出作品はすべてセンター内に展示させていただきます。



#### お題①「6月」

\* 遠い日の ジューンブライド 夢だった \*ヘビ年も 半分過ぎた スピード感

#### お題②「しっとり」

\* マスクして 自分の息で 肌しっとり \* 雨粒を 受けて ゆらめく 若葉道

### ◆ぬりえクラブ ※お気に入りの1枚を出してください。※先着120名

センター内に展示させていただきます。

・課題用紙(3種類) 配布・提出: 6/25 ~7/15



## はつらつセンター光が丘 利用のしかた



- ◎ 利用時間：午前9時～午後5時  
(浴室利用は男性火・木、女性水・金、午後1時～4時 ※予約制)
- ◎ 休館日：日曜・祝日(敬老の日は除く)及び年末年始 区民センター休館日
- ◎ はつらつセンター利用者の駐車場はありません。車での来館はご遠慮ください。
- ◎ 練馬区在住で60歳以上の方なら、どなたでも利用できます。
  - ・当センターご利用の際は、必ず「利用証」を受付に提出してください。
  - ・「利用証」は、身分証明書(保険証等)と緊急連絡先(住所と電話番号)をお持ちいただければ、すぐに発行できます。