



9月のイベントのご案内

①～睡眠・健康セミナーと健康測定会～ 9月11日(水) 10:00～12:00

②～敬老の日のイベント～ 9月16日(祝・月)は、敬老の日のイベントを開催します。

☆10:00～11:00ギターに合わせて歌おう ☆13:30～15:00リズムでダンス・レクダンスの発表会

皆さん一緒に、楽しい時間を過ごしましょう。お申し込みは、①②共に、9月2日～事前先着順です!

出張おしゃべりサロン

街角ケアカフェ、本人ミーティングって何でしょうか???
地域包括支援センターの方々から、地域の活動についてお聞きます



9月25日(水)
10:15～12:00

会場:はつらつセンター大泉
定員:4名 9/2～事前先着順

スマホ相談会

日時:9月2日(月)

①10:00～11:00 ②11:00～12:00

定員:各3名 申込:8月21日～先着順

※申込時に相談内容をご記入ください。



初心者スマホ教室



日時:9月26日(木) 13:30～15:30

定員:5名 申込:8月21日～先着順

内容:ラインの使い方(基礎編)

東京都スマホ相談会

日時:9月7日(土)

9:30～12:30

定員:12名程度

申込:当日先着順

9月の事業		実施日	時間	定員	持物・その他
事前 抽選 申込 事業	水彩色鉛筆で塗り絵 ※どちらか1回のみ申込可	① 9日(月) ② 21日(土)	10:00～11:30	各16名	筆拭き布
	たのしく作ろう ※どちらか1回のみ申込可	① 4日(水) ② 6日(金)	10:00～11:30	各14名	針、糸(白・黒)、はさみ
	やさしい折紙 はつらつセンター大泉とZoomでつながります!	17日(火)	13:30～15:00	16名	スティックのり・はさみ
	書道教室	20日(金)	10:00～11:30	16名	書道道具一式・半紙・雑巾・新聞紙
	絵手紙教室	13日(金)	13:30～15:00	10名	道具一式・画仙紙・墨汁・筆拭き雑巾
	練馬健康いきいき体操 ※複数申込可	① 14日(土) ② 30日(月)	10:00～11:00 10:00～11:15	各20名	五本指ソックス・タオル・飲み物
	骨盤ストレッチ (ペルヴィスワーク)	17日(火)	10:00～11:00	12名	ヨガマット又はバスタオル、フェイスタオル・飲物
(9月2日) 事前 先着 受付	睡眠・健康セミナーと健康測定会	11日(水)	10:00～12:00	20名	睡眠についてのお話を伺います
	ギターに合わせて歌おう	16日(祝・月)	10:00～11:00	40名	ギターの演奏に合わせて皆で歌いましょう。
	みんなで踊ろう リズムでダンス・レクダンス発表会/観覧	16日(祝・月)	13:30～15:00	20名	リズムでダンスとレクダンスの発表会です
	理学療法士が伝える!介護予防・フレイル予防講座(オンライン講座)	19日(木)	14:30～15:30	10名	テーマは「尿漏れ予防」です
当日 先着	看護師による健康相談会	5日(木)	10:00～11:00	自由参加	お気軽にご相談ください
	館内装飾手伝い隊	13日(金)	10:00～11:30	自由参加	壁面装飾のお手伝いです
	にこにこ健康体操	5日・12日・26日(木)	10:00～10:40	各35名	タオル・飲み物
	レクダンス	7日・21日(土)	13:30～15:00	各18名	「盆踊り」風の踊りを皆で楽しく踊ります
	映画会	28日(土)	9:30～11:30	15名	上映内容は事務所にご確認ください
	ゲームを楽しもう	18日(水)	10:30～11:30	10名	ゲーム機でボーリングを楽しみます
当日先着	ポッチャを楽しもう	27日(金)	10:00～11:00	18名	汗拭きタオル・飲み物
当日先着	輪投げを楽しもう	11日(水)	14:00～15:00	18名	汗拭きタオル・飲み物
当日先着	リズムでダンス ※複数回申込可	3日・10日 24日(火)	10:00～11:00	各25名	汗拭きタオル・飲み物

9月の抽選事業申込期間:8月21日(水)～23日(金)(電話での申込は23日(金)のみです。)

結果発表:26日(月)抽選発表後、空きのある事業は先着順で受付ます。

※各事業は中止・変更の場合があります。中止の場合、右上のQRコードでも確認できます!

(注)熱中症特別警戒アラート発表時は、事業は中止となります。予めご了承下さい。

