

※熱中症特別警戒アラート発表時には事業は中止とします。お風呂についても中止します。

ご理解、ご協力のほどお願いいたします。

発行：令和6年8月25日 第88号



はつらつ大泉便り 9月号



敬老の日おめでとうございます！！

令和6年度 いきいきフェスティバル

日程：9月7日(土) 開催時間：9:00～16:00

地域の皆様のお力をお借りしながら、お楽しみいただけるように企画いたしました。練馬区民の方であれば年齢を問わずご参加いただけます。なお、当日は駐輪場の混雑が予想されます。徒歩でのご来場にご協力をお願いいたします。 ※詳細は別紙チラシをご覧ください。



事前申込・先着順

対象者 60歳以上の練馬区民の方
申込方法 事務所受付(9:00～)電話(10:00～17:00)

おしゃべりサロン

大泉北敬老館、西大泉敬老館・共催

「おしゃべりサミット2024
近隣のケアカフェやサロンに行ってみよう」～つながりの輪をひろげよう～

日程：9月25日(水) 10:15～12:00

- 会場：集会室 ■定員：15名
- 持物：筆記用具

街かどケアカフェなど、大泉の身近なところ集える場所があるのをご存じですか？近隣の楽しい情報を地域包括支援センター等の方々に教えてもらいましょう。恒例の「みんなで手話歌」もありますよ。



運動スキル・知識アップに！ 理学療法士が伝える！ 介護予防・フレイル予防講座！

第5回 尿漏れの予防

日程：9月19日(木) 14:30～15:30
申込開始：9月1日(日)から

- 会場：集会室
- 対象者：60歳以上の練馬区民の方
- 定員：30名(オンライン中継)
- 定員：5名(タブレット体験)
- 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。

季節の壁面制作応援団

『美術工作・リサイクルで立体壁面制作』

日程：9月30日(月) 10:00～12:00

- 会場：集会室
- 定員：12名

※スタジオPAPAPAさんが来てくださいます。



はつらつ体操

いきいきフェスティバル開催にて9月7日(土)はお休みします。

- ・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
- 整理券配付：9:00～



♪ミュージカルビクス♪

日程：9月3日(火) 10:00～11:00

- 会場：集会室 ■定員：40名
- 持物：飲物 ■整理券配付：9:00～



(都)スマートフォン相談会 スマートフォンでわからないことを 聞いてみましょう

当日先着

日程：9月21日(土) 9:30～12:30 会場：娛樂室

- 対象者：60歳以上の練馬区民の方

※予約制ではないため、お待ちいただく場合があります。



わくわく絵本 『小さい秋』

日程：9月9日(月) 11:10～12:00

- 会場：集会室 ■定員：20名
- 対象者：練馬区民の方
- 受付にお越しく下さい。



映画会

★上映内容は館内掲示をご覧ください。

- ・9月26日(木) 17:30～19:30
- ・9月27日(金) 9:30～11:30

- 会場：娛樂室
- 定員：20名
- 直接会場にお越しく下さい。

