



# 1月号



## はつらつ大泉便り

### 新年あけましておめでとうございます

皆様におかれましては、穏やかな新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

旧年中は多大なるご支援をいただき、ありがとうございました。本年も更なるサービスの向上に努めて参りますので、より一層のご支援をお願い申し上げます。職員一同



### 作品展のご案内

作品展日程：3月8日(土)、9日(日)  
作品募集期間：2月24日(月)～3月2日(日)  
対象者：練馬区在住60歳以上の方  
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絵画、  
絵手紙、手工芸、書道、写真など  
出展してみませんか？



令和6年度利用者アンケートを行います。  
当センターご利用者の皆様に、1月に施設利用について無記名のアンケートを予定しています。  
快適にご利用いただくセンターづくりのために、皆様のご協力をお願いいたします。  
配布・回収場所：受付・西棟 アンケート期間：1月4日(土)～1月25日(土)  
※アンケートの結果は、ホームページに掲載いたします。



### 事前申込・先着順

申込方法 事務所受付(9:00～)電話(10:00～17:00)

#### 川柳講座 川柳を楽しもう

日程：1月15日(水) 14:30～16:00

- 会場：集会室
- 対象者：60歳以上の練馬区民の方
- 定員：10名
- 持物：筆記用具



#### 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9回 内部疾患・身体症状予防のまとめ

日程：1月16日(木) 14:30～15:30

- 申込開始：12月21日(土)～
- 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



#### ねりま ゆる×らく体操

日程：1月28日(火) 10:00～11:30

- 会場：集会室
- 対象者：練馬区民の方
- 定員：40名
- 持物：タオル(肩幅以上の長さ)、飲物



### 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。

#### ミュージカルボックス

日程：1月7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～



#### 新春演奏会「三味線と箏と上方唄」

日程：1月19日(日) 10:30～11:30

- 会場：集会室
- 対象者：練馬区民の方
- 定員：60名
- 整理券配布：10:15～



#### 新春ベリーダンスショー

日程：1月8日(水) 10:45～11:30

- 会場：集会室
- 対象者：練馬区民の方
- 定員：50名
- 整理券配布：10:15～



#### コラボ de 玉すだれ&紙芝居

日程：1月22日(水) 11:00～12:00

- 会場：集会室
- 対象者：練馬区民の方
- 定員：60名
- 整理券配布：10:45～



玉すだれ&紙芝居のゴールデンコンビが帰ってきます！

#### 新春はつらつ寄席

日程：1月11日(土) 14:00～15:00

- 会場：集会室
- 対象者：練馬区民の方
- 定員：60名
- 整理券配布：13:30～



毎年恒例、桂文ぶん師匠による新春はつらつ寄席。「千早振る」他一席！

#### わくわく絵本

『初春』

日程：1月20日(月) 11:10～12:00

- 会場：集会室
- 対象者：練馬区民の方
- 定員：20名



#### 映画会

★上映内容は館内掲示をご覧ください。

- ①1月23日(木) 17:30～19:30
- ②1月24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。

