

6月開故事業

カラオケ (娛樂室)

9時～12時

1日(月), 2日(火), 5日(金), 21日(日), 23日(火)
27日(土), 30日(火)

13時～17時

1日(月), 2日(火), 15日(月), 21日(日), 23日(火)
27日(土), 30日(火)



卓球 (集會室2)

9時～12時

4日(木)

13時～17時

4日(木), 5日(金), 15日(月), 19日(金), 26日(金)



17時半～20時

5日(金), 19日(金), 26日(金)

筋トシ (トレーニング室)

※筋トシマシン講座を修了された方が対象です。

9時～12時

7日(日), 14日(日), 21日(日)

13時～17時

1日(月), 7日(日), 13日(土), 14日(日), 21日(日)
24日(水), 28日(日)

15時半～17時

2日(火)

17時半～20時

13日(土), 28日(日)



麻雀 (集會室1)

13時15分～17時

8日(月)

交代制です。最終受付は15:30です。

対象者：利用証をお持ちの方

定員：20名



相談会開催日

- ◆健康相談 → 事前予約をお願いします
- ◆生活相談 → 事務所に申し出ください
- ◆スマホ相談 → 事務所に申し出ください

業者点検、定期清掃など

【定期清掃】6月21日(日)17:00～

※定期清掃日は17:00で閉館となります。

練馬区主催事業

お問い合わせ先

練馬区高齢社会対策課
介護予防係 TEL: 03-5984-2094

- ◆高齢者筋力向上トレーニング

当日先着受付

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～

椅子に腰かけながら無理なく
できる体操です。
お気軽にぜひご参加ください！



お知らせ

クーリングスポットのご案内

夏季の間、外出時に暑さを感じた際に冷房の効いた室内で一時的に休憩できるように、はつらつセンター大泉もクーリングスポット(涼みどころ)として開放しています。どうぞお気軽にご利用ください。



つくりっこの家

手づくりクッキー、とれたて野菜等の販売会
館内掲示をご覧ください。

ワークショップ・ブルーベリー

パンの販売会 第4金曜日
館内掲示をご覧ください。

情報発信・収集コーナー

パソコンをご利用いただけます。ご希望の方は事務所窓口にお申し出ください。パソコン・スマホ相談会(第2・4木曜)中は、使用出来ません。★1人1日2時間まで★
※音を出す場合イヤホンをご持参ください。

練馬区立 はつらつセンター大泉

〒178-0061 練馬区大泉学園町1-34-20

TEL: 03-3867-3180 URL: <http://www.nerima-swf.jp/>

FAX: 03-3867-3181 Email: oizumi-center@nerima-swf.jp

◆開館時間◆

午前9時～午後9時30分(休館日12月29日～1月3日)

※毎月第3日曜日は定期清掃のため午後5時閉館となります。

◆ご利用方法について◆

60歳以上の練馬区民の方に利用証を発行いたします。マイナンバーカードなどの公的な身分証明書と、緊急時連絡が取れる方の氏名・住所・電話番号をご持参ください。他のはつらつセンター・敬老館の利用証でもご利用いただけます。登録している住所・電話番号等変更がありましたら受付までお申し出ください。



社会福祉法人
練馬区社会福祉事業団
Nerima Social Welfare Foundation