

9月は西大泉敬老館へ♪

練馬区在住60歳以上の方でしたら

どなたでも参加できます！！

敬老の日をお祝いで
11日と16日～18日に
おたのしみがいっぱい！

11日

エンディングノート&健康測定

エンディングノートとは、万が一のことがあった際に自身の情報や希望をまとめたノートのことです。



9月11日(水) 14:00～16:00

<申し込み> 8月20日(火)～事前申し込み先着順

<対象> 練馬区在住60歳以上の方、利用証がなくても参加できます。



16日

9:00～15:30 カードケース作り(自由参加)

折り紙でのりで貼るだけの簡単に

つくれるケースです。利用証やポイントカードを入れるのに便利です。



9:30～15:00 くつろぎカフェ(自由参加)

涼しいところでお茶を飲みながらゆったりゆったり自由にくつろぎにきませんか？お一人様大歓迎♪



10:00～11:00 健康コーラス♪

発声と、音楽に合わせた体操を組み合わせて皆さんで楽しく歌います。

<申し込み> 8月20日(火)～事前申し込み先着順

<対象> 練馬区在住60歳以上の方、利用証がなくても参加できます。



17日

いきいき美容教室

昨年大好評のいきいき美容教室♡資生堂の美容部員さんが楽しく丁寧にお顔の手入れや明るく見える化粧のやり方を教えてください。

9月17日(火) 13:30～15:00

<申し込み> 8月20日(火)～事前申し込み先着順

<対象> 練馬区在住60歳以上の方、利用証がなくても参加できます。



<問い合わせ・申し込み先>

西大泉敬老館(9:00～17:00)

窓口申し込み 9:00～17:00

電話申し込み 10:00～17:00

練馬区西大泉 3-21-16

03(3924)9545

18日

e-sports(イースポーツ) ボウリング体験

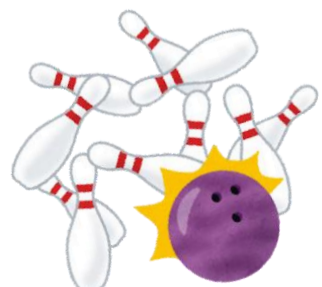
ゲーム機を使って大画面でボウリングをやります。上手くできても出来なくても、大盛り上がりです！！ぜひ、この機会に体験してみてください。

9月18日(水)

10:00～12:00 13:00～15:00

<参加条件> 申し込みはいりません。

練馬区在住で、60歳以上の方で利用証がなくても参加できます。



※練馬区にお住まいの60歳以上の方でしたら、利用証はすぐに作成できます。(公的なもので本人確認が必要)



※熱中症特別警戒アラート発表時は事業を中止します。ご承知おきください。