

2月 はつらつ 関 便り

〒177-0051
練馬区関町北1丁目7番2号(関区民センター内)
☎:03-3928-1987 (FAX:03-3928-1800)
HP : <https://www.nerima-swf.jp/office/53?c=28>
✉ : seki-center@nerima-swf.jp

◆大泉落語研究会 落語の会◆

落語歴数十年のベテランから初心者まで、幅広い会員が集う落語サークルによる落語会です。毎日の生活の中で笑うことが少なくなりがちですが、大いに笑って、元気になっていただける落語をお送りします。

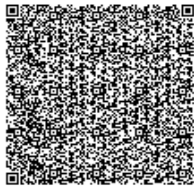
【日時】令和7年2月3日(月)14時～15時30分
※開場:13時30分

【会場】多目的ホール(2階)

【定員】150名

【申込】受付中

※オンライン中継をご希望の方は、メールアドレス又はQRコードからお申込みください。



※区民ホールとの共催イベントです。高齢者に関わらず、練馬区民でしたらどなたでもご参加いただけます。

hcseki1@gmail.com
※オンライン受講専用

～ 平野ナースの健康講座 ～

『自律神経セルフケア』

何となく感じる体調のゆらぎ…

生活習慣の見直しや、身体をほぐすストレッチでケアしてみませんか？

※講座終了後に個別で健康相談を受付けます

【日時】2月12日(水) 10時～10時30分

【会場】講習室(1階)

【定員】12名

【申込】1月20日(月)から抽選申込

空きがあれば当日でもご参加いただけます。



◆「作品展示会」開催と作品募集のお知らせ◆

はつらつセンター登録団体や、センターの事業で作成した作品、講師の方々の作品などを鑑賞できる「作品展示会」を下記の日程で開催します。

【開催期間】3月7日(金)から3月8日(土)
9時～17時(8日は15時30分まで)

【会場】講習室(1階)

※作品募集について

【対象】はつらつセンター・敬老館いずれかの利用証をお持ちの方の作品

【募集】2月15日(土)から2月22日(土)まで

※当日のボランティアも募集しています。

※その他詳しくは、ポスター又は職員にお問い合わせください。

『理学療法士が伝える！ ～認知症の予防～』

【日時】2月20日(木)
14時30分～15時30分

【会場】洋室(3階)

【定員】20名(先着順)

※今回は、はつらつセンター関がホスト会場です。

※講師との対面講座になります。

※オンライン中継をご希望の方は、メールアドレス又はQRコードからお申込み下さい。



hcseki1@gmail.com
※オンライン受講専用

お申込み
2月1日(土)
9時から

★スマホ教室に関するお知らせ★

ソフトバンクのスマホアドバイザーによる「スマホ教室」は、基本操作編(1回)と応用編(3回)を交互に実施します。

1月:② スマホの基本とLINE体験

2月:③ スマホの基本とキャッシュレス体験

3月:④ スマホの基本と防災

操作に慣れるためにも毎回ご参加されることをお勧めします。定員20名です。

◆はつらつ健康マージャン◆開始！！

ルールが分かる方(初級以上)を対象とした個人参加の定期交流事業です。

【日時】2月8日(土)

9時15分から一緒に準備

【定員】10名

【申込】1月20日(月)から抽選申込

※ご興味がある方には、ルール表を配布します。

内容を理解できる方が対象になります。

