

区内団体の文化・芸術に触れてみませんか

第70回区民文化祭

区内で活動している文化団体が作品の展示や演奏・舞踊などの発表を行います。ぜひお越しください。☎当日会場へ

問合せ 生涯学習センター ☎3991-1667

文化祭の見どころを紹介!

催し名	日時	場所
民謡大会	9/28(日)10:30~18:00	練馬文化センター
三曲演奏大会	10/12(日)11:30~16:45	生涯学習センター
太鼓フェスティバル	10/13(祝)13:00~17:00	練馬文化センター
いけ花とお茶の会	10/18(土)・19(日)10:00~16:00 ※茶席は10:00~15:00(1席1,000円)。	向山庭園
大正琴の会	10/19(日)13:30~15:30	
邦楽演奏会	10/25(土)11:30~17:30	生涯学習センター
詩吟剣舞詩舞大会	10/26(日)11:00~16:00	
pick up フォークダンス大会	10/26(日)12:00~16:30	光が丘体育館
合唱祭	10/26(日)12:00~18:00	練馬文化センター
謡曲大会	11/8(土)12:00~17:00	生涯学習センター
寄席演芸大会	11/9(日)13:00~17:00	
洋舞フェスティバル	11/9(日)16:00~19:00	練馬文化センター
俳句大会	11/16(日)13:00~17:00	ココネリ3階
民謡大会	11/16(日)14:00~16:00	生涯学習センター
練馬書道展	11/19(水)~23(祝)10:00~17:30 ※23(祝)は15:00まで。	石神井公園 ふるさと文化館
pick up 手工芸作家展・周年行事	11/20(木)~24(休)10:00~17:00	ココネリ3階
日本舞踊の会	11/23(祝)11:00~17:30	練馬文化センター
pick up いきがい川柳大会	来年1/18(日)11:00~16:30	石神井公園区民 交流センター

フォークダンス大会

さまざまな国の音楽に合わせて、会場いっぱいには舞い踊ります。各国の民族衣装や息の合ったダンスをお楽しみください。



手工芸作家展・周年行事

染花や木彫り、ろうけつ染めなどさまざまな作品を展示するほか、11月21日(金)にクラリネット演奏家の西村薫さんなどによるコンサート、23日(祝)に漫画家の村上もとかさんによる講演会も開催します。 ※時間はいずれも午後2時~3時。



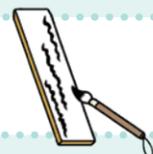
いきがい川柳大会

五・七・五の短い言葉に身近な出来事や人の気持ちを表現します。川柳ならではの軽やかさと深さを、ぜひご堪能ください。



俳句大会の作品を募集します

¥1,000円 申生涯学習センターや地区区民館などにある申込用紙をご覧の上、10月10日(必着)までに練馬区俳句連盟事務局・豊島 ☎090-2542-3615



頭と体を動かそう! 健康長寿 はつらつまつり

運動・認知機能の低下予防に関する講座、転倒リスクの測定などを行います。☎当日会場へ 問介護予防係 ☎5984-2094

場所	日時
はつらつセンター	大泉 9/6(土) 9:30~15:00
	光が丘 9/13(土) 10:00~15:00
	関 9/15(祝) 10:00~15:00
	豊玉 9/28(日) 10:00~15:00

高齢者向けサービスを紹介!

契約トラブルの相談を受け付けます

悪質商法による被害や契約トラブルなどでお困りの高齢者を対象に、無料で電話相談を受け付けます。☎9月8日(月)~10日(水)午前9時~午後4時30分 ▶相談先:消費生活センター ☎5910-4860

老人クラブに入りませんか

おおむね60歳以上の方が、趣味や社会奉仕、健康づくりに関する活動などを行っています。詳しくは、お問い合わせください。▶区担当:いきがい係 問練馬区老人クラブ連合会事務局 ☎6914-5125 (平日午前10時~午後4時)

いきいき健康券のご利用を

☎区内在住で年度内に75歳以上になる方(昭和26年4月1日以前生まれ) ※すでに利用している方は申し込めません。☎区HPまたは下記で配布する申込ハガキに記入の上、85円切手を貼って来年2月28日(消印有効)までに郵送で申込先へ▶配布場所:地域包括支援センター、区民事務所(練馬を除く)、地区区民館、はつらつセンター、敬老館、総合福祉事務所、区役所庁舎案内(本庁舎1・2階)、高齢社会対策課(同西庁舎3階)など 問高齢者いきいき健康事業担当 ☎6758-1722



ひと汗かいて、ひとつ風呂! ~9月のフロ・マエ・フィットネス

公衆浴場の営業開始前に筋力トレーニングや体操などを行います。運動後は入浴できます。☎医師から運動を止められていない55歳以上の方 ¥200円(入浴料込み) ☎当日会場へ 問介護予防係 ☎5984-2094

浴場名	日時	定員(先着順)
江古田湯 (旭丘1-17-3)	毎月曜 13:15~14:15【9/15を除く】	各10名
たつの湯 (石神井台6-19-26)	毎水曜 14:00~15:00【9/3を除く】	各10名
辰巳湯 (桜台4-42-2)	毎金曜 13:15~14:15	各10名