







新しい趣味や生きがいを見つけませんか

敬老の日の催し

敬老館やはつらつセンター、地区区民館で
さまざまな催しを行います。

施設名・問合せ		催し名など	日時
〒176の地域 (練馬地区)	はつらつセンター 豊玉 ☎5912-6401	初心者コーラス教室卒業発表会	9/24(木)11:00～11:30
		敬老祭ステージ (コンサート・シルバードiscoなど)	9/27(日) 9:30～16:00
石神井地区(〒177の地域)	三原台敬老館 ☎3924-8834	フラダンス・レクダンスなどの発表会	9/21(祝)10:00～12:00
		作品展示・発表 (書道・俳句・水彩画など)	9/21(祝)10:00～15:00
		歌・琴などの演奏会	9/21(祝)13:15～15:00
	石神井敬老館 ☎3996-2900	要予約 演芸大会 (A芸能発表Bカラオケ大会)	9/19(土)A9:45～11:30 B13:00～15:00
	石神井台敬老館 ☎3995-8270	要予約 演芸大会	9/21(祝)13:00～16:00
	上石神井敬老館 ☎3928-8623	要予約 みんなで歌おう、お花ボックス作り	9/15(木)13:00～15:00
		要予約 レク遊び、腰・肩・膝の痛み対策	9/29(木)14:00～15:30
	はつらつセンター 関 ☎3928-1987	輪投げ、ボッチャ、釣りゲーム	9/21(祝)10:00～12:00
		アイロンビーズで作る花のアート スタンド定50名(先着順)	9/21(祝)13:00～15:30
		クラフトパンチ、塗り絵、 血管年齢測定会	9/21(祝)13:00～15:30
		わくわく絵本 (大人向け絵本の読み聞かせ)	9/21(祝)14:00～15:00

施設名・問合せ		催し名など	日時
大泉地区（〒178の地域）	西大泉敬老館 ☎3924-9545	フクロウのストラップ作り	9/21(祝) 9:30～15:00
		要 予 約 昭和歌謡を楽しもう	9/21(祝)10:00～11:30
		要 予 約 カーレット(卓上カーリング)を楽しもう	9/21(祝)13:30～15:00
	大泉北敬老館 ☎3925-7105	要 予 約 みんなで歌おう！ (キーボード伴奏・カラオケ)	9/21(祝)10:30～11:30
		要 予 約 レクダンス、フラダンス、手話歌	9/21(祝)13:30～15:00
	はつらつセンター大泉 ☎3867-3180	ミニタオルでかわいい物作り体験	9/5(土)13:45～15:45
情熱のフラメンコ		9/5(土)14:30～15:30	
（〒179の地域） 光が丘地区	はつらつセンター 光が丘 ☎5997-7717	要 予 約 落語会	9/19(土)14:00～15:30
	春日町南地区区民館 ☎3926-4971	要 予 約 講演会	9/11(金)14:00～15:00

要予約 は事前の申し込みが必要です。電話で各施設へ
申当日会場へ ※整理券を配布する催しがあります。詳しくは、各施設に
お問い合わせください。

敬老祝品を贈呈します

長年にわたり社会に貢献された高齢者に感謝し、長寿を祝福
するため敬老祝品を贈呈します。今年度、100歳以上の方、
白寿(99歳)・米寿(88歳)を迎える方に、9月中旬に簡易書
留で送付します。

新100歳おめでとう新聞

100歳を迎えても元気に活躍されている方の長生きの秘訣
を、区HPで紹介しています。ぜひ、ご覧ください。

問合せ

いきがい係☎5984-4763



高齢者の元気な毎日を応援！

いきいき健康券のご利用を

対区内在住で年度内に75歳以上になる方(昭和27年4月1日以前生
まれ) ※すでに利用している方は申し込みません。申区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(区役所西庁舎3階)など
問高齢者いきいき健康事業担当☎6758-1722



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。▶区の担当: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)

