

■発行 練馬区立南大泉地区区民館

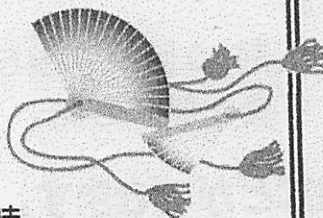
〒178-0064 練馬区南大泉 2-19-26 TEL(03)3978-9791 FAX(03)3978-9790

掲載している事業は、新型コロナウイルスの感染状況によっては、変更・中止する場合があります。

事前
申込

... 敬老のつどい ... ～ 箏の演奏会 ～

- 日時：9月11日(日)
開場 午後1時45分
開演 午後2時(午後3時頃まで)
- 場所：大広間
- 対象：65歳以上の区民の方
- 定員：55名
- 申込み：9月1日(木)～
午前9時～午後5時
窓口にて
1人1枚 チケット配布



◎入場無料、お祝い品プレゼント

事前
申込

いっしょに 歌ひろば

カラオケの伴奏に合わせて、
昔懐かしい童謡や唱歌などを
いっしょに歌います。

- 日時：8月19日(金)
午後2時～3時頃
- 場所：大広間
- 対象：60歳以上の地域の方
- 定員：10名
- 申込み：8月15日(月)～
18日(木)
午前9時～午後5時
(電話・窓口にて)



事前
申込

出張型街かどケアカフェ 健康&脳フィットネス体操 フリフリグッパ

いつでもどこでも誰にでもできる
簡単体操です。

- 日時：8月26日(金)
午後1時30分～
- 場所：南大泉地区区民館
会議室1

申込み：大泉地域包括支援センター
電話5387-2751

... ご活用ください ...

健康チェックコーナー

血圧計

体重計

握力計

ロビーに血圧計・体重計・握力計があります。
健康管理にお役立てください。



握力の低下は全身の筋力や体力の
低下だけでなく、「心臓病」や「脳
卒中」などの病気のリスク予測に
つながると考えられています。
年齢別平均値の表なども合わせて
ご活用ください。

児童開放

対象：小学生以上の児童（18歳まで）

利用できる施設と時間帯

◇ロビー（1階） おもちゃや本が利用できます。

月～金曜日 午後1時～6時

土曜日 午前9時～午後5時（正午～午後1時を除く）

*夏休みは 月～金曜日 午前9時～午後6時（正午～午後1時を除く）
土曜日 午前9時～午後5時（正午～午後1時を除く）



◇レクルーム（2階） 現在、密を避けるため、ボールあそびは人数を制限し、ボードゲームなどであそぶこともあります。

月～土曜日 午後1時～5時

*夏休みは 月～金曜日 午前10時～午後5時（正午～午後1時を除く）
土曜日 午後1時～5時

◇図書室（2階） 読書や勉強などができます。

月～金曜日 午後1時～5時

おやこ広場

対象：乳幼児（未就学児）と保護者

利用できる施設と時間帯

◇図書室（2階） 絵本や幼児向けのおもちゃなどが利用できます。

月～金曜日 午前9時～正午 未就学児は保護者の付き添いが必要です。



新型コロナウイルス感染拡大防止のためのご利用ルール

- 来館前に検温、手洗いを済ませてください。
- 発熱などの症状がある方は来館をご遠慮ください。
- 館内ではマスクの着用、入口での手指消毒、せっけんによる手洗いなどにご協力をお願いします。