

縁側



令和5(2023)年10月号 9月20日発行

春日町南地区区民館
〒179-0074練馬区春日町5-20-25
☎ 3926-4971 fax 3926-4972

残暑が続いておりますが、夕暮れになると秋風を感じる季節となりました。今年の夏は、これまでにない暑さで食欲が落ちる日もあったかと思えます。館では食育講座など地域の皆さんの健康増進につながる行事を企画しております。是非ご参加下さい。なお、掲載行事は、変更・中止の可能性がございます。



作品展

11月18日(土)・19日(日)

10時～16時 (2日目は15時まで)

開会式:18日(土)10時～

アトラクション:みなちくHULA、キッズダンスクラブ

入場チケット(事前配布制)11月6日(月)より配布



【出展受付】 10月2日(月)～16日(月) 17時まで

書道・絵画・編み物・写真などの作品をお待ちしております。(作品搬入は前日)

【実行委員募集】 作品展のお手伝いをして下さる方を募集します。(募集〆切10月16日(月))

第一回実行委員会10月18日(水)10時～



●「えんがわ市」(10月7日)は
子ども対象「キッズまつり 秋」のみ開催です。

「60歳以上の方へ」
下記全て無料

★大広間個人開放

月・火・木・金 午前9時～午後5時

★和室個人開放

月～土 午後1時～午後5時

★ラジオ体操 練馬区健康いきいき体操 タオル体操

月・火・木・金 午後2時～

★寿大学通信講座(随時募集)

書道・俳句の添削指導 毎月1回

体操中は、カラオケをご利用頂けません。

<敬老開放のお休み>

- 10/6(金)終日:大広間・和室 キッズまつり秋前日準備
- 10/7(土)終日:和室 キッズまつり秋当日
- 10/26(木)9時～13時:大広間 黒田先生の体操教室
- 10/31(火)2時20分～15時:大広間 食育講座

廃食用油の回収

【毎月第三土曜】

10月21日(土) 9時～12時

使用済みの食用油をペットボトルなどの容器に移し、
キャップをしてお持ちください。雨天実施。

折り紙で
脳の
トレーニング

おはなし玉手箱

無料

10月18日(水) 11月15日(水)

14時30分～15時

一緒に季節の折り紙をやってみませんか。

★場所:会議室3

★対象:60才以上の方

★申込:不要

食育講座

無料

10月31日(火)

14時20分～14時50分

高齢期を元気に過ごすための食事について、
講師がお話します。

★場所:大広間

★対象:60才以上の方

★定員:10名先着順

★申込:不要



スマホ相談会

無料

10月4日(水)・25日(水)

10時～12時 13時～16時

スマートフォンの専門アドバイザーが
あなたの疑問を解決します。

★場所:会議室1

★対象:60才以上の方

★申込:不要

★持ち物:スマートフォン