

■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

南大泉地区区民館 2026

敬老のつどい

音楽しクリエイションで
ころ
転ばんオトフシ

参加された方には
うれしいお土産つき!

笑って学べる
健康講座

音楽と運動を組み合わせた「フレイル予防運動」や音楽で脳を鍛える「異操作脳トレ」、健康の要となるお口の「オーラル体操」など、楽しみながら健康づくりができる実践型講座です!

9月14日(月) 開演:午前11時(開場:午前10時30分)

■場所:南大泉地区区民館 大広間・和室 ■対象:65歳以上の区民の方

■定員:70名 ■講師:日本音楽し・クリエイション指導協会 石渡智子氏 菅野博美氏

■お申込み:8月24日(月)午前9時30分~ 窓口・電話にて
お一人につき2名分まで



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、童謡や唱歌、懐かしい曲などをいっしょに歌います。

8月 歌ひろば♪

■日時:8月7日(金)午後2時~3時頃

■申込み:8月3日(月)~

9月 歌ひろば♪

■日時:9月4日(金)午後2時~3時頃

■申込み:8月31日(月)~

■場所:大広間

■対象:60歳以上の地域の方

※お申し込みは、午前9時~午後5時
電話・窓口にて



事前
申込

いっしょにボッチャ!

職員と一緒にボッチャを楽しみましょう!

■日時:8月24日(月) 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:12名

■申込み:8月17日(月)~

午前9時~午後5時
電話・窓口にて



当館は、暑さを避ける涼み処クーリングスポット
となっております。

お買い物やお散歩途中、当館でお涼みください



令和 8 年度



<こどもカレンダー>

みなみおいずみちくくみんかん

こどもだより 8月

みなみおいずみちくくみんかん
南大泉地区区民館

でんわ 03(3978)9791

ねつちゅうしょうとくべつけいがい
◎ 熱中症特別警戒アラートが発令
はつれい
された場合は事業が中止になります。

日	月	火	水	木	金	土
ごぜんちゅう 午前中のレクルーム →いろいろ		たつきゅう 卓球	グランドゴルフ	たつきゅう 卓球	ボール	1
2	3 3:00~ 子フェス スタッフ会議 かいぎ	4 10:00~ たつきゅう 卓球の日 ①	5 3:00~ スペシャルあそぼの日 キッズ バランスボール	6 2:30~ つくってみよう! ①	7 景品づくり ②	8 ③
9	10	11	12 2:30~ つくってみよう! ②	13	14	15
16	17 2:30~ つくってみよう! ③	18	19	20	21	22
23 ④	24 ⑤	25 景品づくり ⑥	26	27 3:00~ 子フェス スタッフ会議 かいぎ	28 11:30~ スペシャル つくってみよう!	29
30	31	なつやす 夏休みの午前中(10:00~12:00)のレクルーム 月曜...いろいろ 火曜と木曜...たつきゅう 卓球 水曜...グランドゴルフ 金曜...ボール				

* 卓球の日 4日(火)

じかん ごぜん
時間: 午前10時~午前11時30分

しよしんしや だいしょうぶ も かた
初心者でも大丈夫! ラケットの持ち方から
おしえます! この日はこみちゃん先生がいるよ!

* あそぼの日

キッズバランスボール

じぜんもちう こ たいしょう しやうかくせい
※事前申し込みはありません。 対象: 小学生

ばしよ じかん ごご
場所: レクルーム 時間: 午後3時~午後4時

たの からだ うご
楽しく身体を動かそう!!

バランスボールのインストラクターとからだの動きをわかり

やすくおしえてくれるコツコツ先生が来てくれるよ。

ドッジボール大会!! 10月1日(木)

しやうじやうせんしやう
出場選手募集します。

きんのん ちくくみんかん ひがしおいずみちくくみんかん あつ
近隣の地区区民館が東大泉地区区民館に集まって、ドッジ
ボールを通じて交流します! 3年生以上で、出場したい人
は受付で申し込んでね。7月21日(火)から受付ます。

なつやす

夏休みスペシャル

たいしょう しやうかくせい
対象: 小学生

* つくってみよう!

ばしよ としよしつ じかん ごご
場所: 図書室 時間: 午後2時30分~午後4時

うけつけ
(受付は午後3時30時まで)

- ① 6日(木) 「びっくい忍者の刀」
- ② 12日(水) 「トコトコどうぶつ」
- ③ 17日(月) 「スクイーズシール」



- ④ 28日(金) スペシャルつくってみよう:
「フンフンおにぎり」をつくろう!!

たきははじめ ごぜん
炊きははじめ 午前10時30分

おにぎりづくり: ごぜん
午前11時30分~午後1時 定員: なし

ぼうさいやう
防災用のアルファ米でおにぎりをつくってお昼にたべよう

しぜんまやう ひつよう もう こ にほんにん き
※事前予約が必要です。申し込みは本人が来てください。

うけつけ
受付は8月3日(月)~申し込み書配布と受付スタート!