

施設案内

はつらつセンター

はつらつセンターは、健康づくり・レクリエーション等の事業に参加したり、活動・交流ができる施設です。他施設とオンラインを利用した交流も行っています。

利用できる方

60歳以上で練馬区に住所がある方です。

主な施設

娯楽室、講習室、浴室など

※身体が不自由な方など、車の利用が必要な方は、事前にご相談ください。

団体利用・夜間利用

詳しくは、各はつらつセンターへお問い合わせください。

開館日・開館時間・休館日



▲「理学療法士によるフレイル講座」の様子

施設名	開館時間	休館日
はつらつセンター光が丘 はつらつセンター関	月曜日から土曜日 午前9時から午後5時まで	日曜日・祝休日（「敬老の日」は開館します。） 12月29日から1月3日まで （年末年始）
はつらつセンター豊玉 はつらつセンター大泉	午前9時から午後9時30分まで ※毎月第3日曜日は午後5時閉館	12月29日から1月3日まで （年末年始）

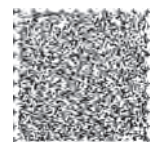
利用するにあたって

はつらつセンターまたは敬老館が発行した「利用証」が必要となります。初めて利用される方は利用申請書をはつらつセンターまたは敬老館へ提出していただきます。その際、健康保険証や個人番号カードなどの公的な本人確認書類が必要となります。来館時には、毎回「利用証」をお持ちください。

利用証は、区内全てのはつらつセンター、敬老館で利用できます。

はつらつセンター 一覧

1 はつらつセンター光が丘	光が丘2-9-6	03-5997-7717 ...	P.28
2 はつらつセンター関	関町北1-7-2	03-3928-1987 ...	P.29
3 はつらつセンター豊玉	豊玉中3-3-12	03-5912-6401 ...	P.30
4 はつらつセンター大泉	大泉学園町1-34-20	03-3867-3180 ...	P.31



音声コードUni-Voice

はつらつセンター関

関町北1-7-2 (関区民センター内)

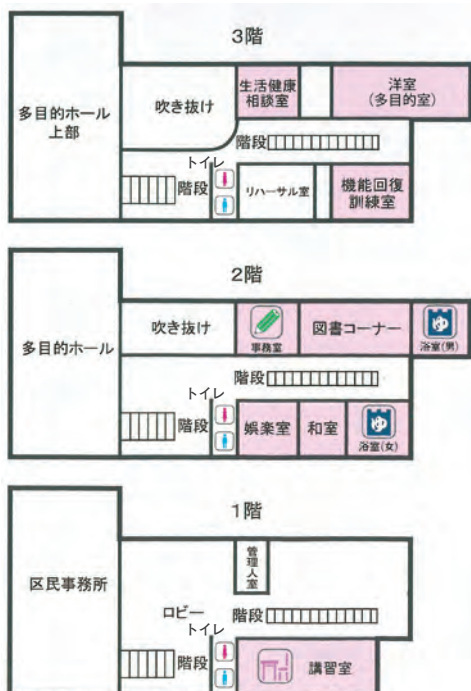
電話：03-3928-1987



様々な体操事業や体を動かすレクリエーションを開催しています。一緒に動いて体も心も元気になりましょう。



手芸教室は毎回趣向を凝らした題材をご用意しています。他の文科系の教室や教養講座も人気です。



※はつらつセンター関は の部分

駅から近く、バス停もすぐそばにあり、豊富な社会資源と協働した「地域と地域の人がつくるセンター」です。

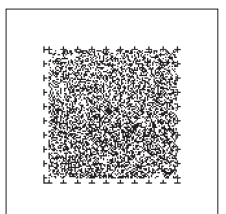
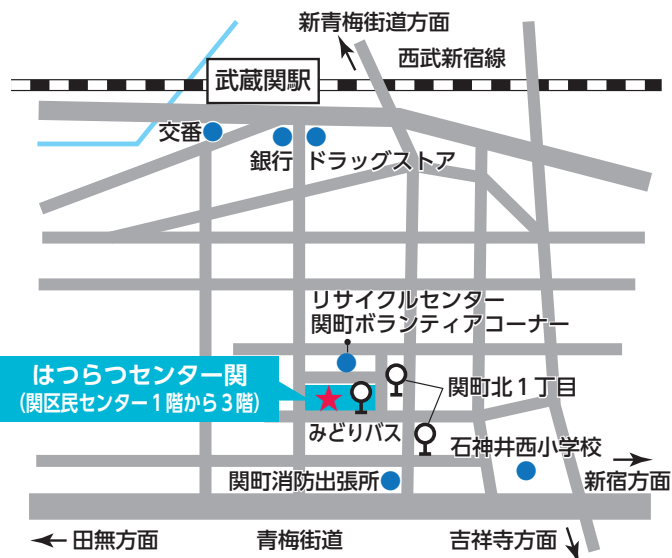
健康体操・趣味教養事業や多様なサークル活動、オンラインツールを活用したフレイル予防・交流事業、併設する区民ホールとの共催事業も魅力です。



・武蔵関駅南口から徒歩5分



- ・みどりバス 関町ルート「区民センター前」下車
- ・大泉学園駅南口～吉祥寺駅行「関町北一丁目」下車
- ・荻窪駅北口～武蔵関駅行「関町北一丁目」下車
- ・吉祥寺駅北口～都民農園セコニック、新座栄行「関町北一丁目」下車
- ・三鷹駅北口～武蔵関駅行「関町北一丁目」下車



音声コードUni-Voice

はつらつセンター豊玉

豊玉中3-3-12

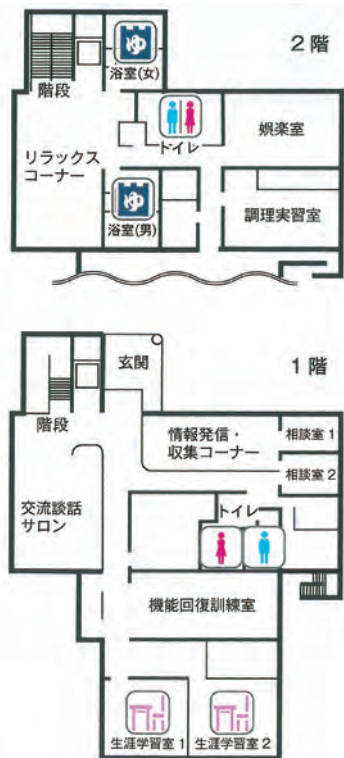
電話：03-5912-6401



豊玉名物! eスポーツ体験会の様子です。初めての方も、ボランティアのレクチャーで楽しく参加されています。一緒に楽しみましょう。



「ポップスコンサート 2023」の様子です。懐かしい歌謡曲の演奏を中心に、皆で歌うコーナーもあり、楽しい時間を過ごしています。



音声コードUni-Voice

心と身体を元気にする趣味教養講座や体操教室、コンサート、世代間交流など、多彩な事業を実施しています。趣味や特技を活かしたボランティアの方も、大勢活躍されています。

仲間づくりや生きがいがづくり、新たな活動始める場としてぜひご利用ください。



・練馬駅中央口から徒歩10分



- ・京王バス 練馬駅北口～中野駅行「豊玉中三丁目」下車
- ・関東バス 練馬駅北口～中野駅行、南蔵院循環「豊玉こうしん通り」下車



はつらつセンター大泉

大泉学園町1-34-20（関越自動車道高架下）

電話：03-3867-3180



「椅子ヨガ」の様子です。椅子を使って楽しくヨガを行います。



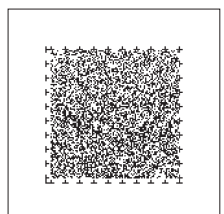
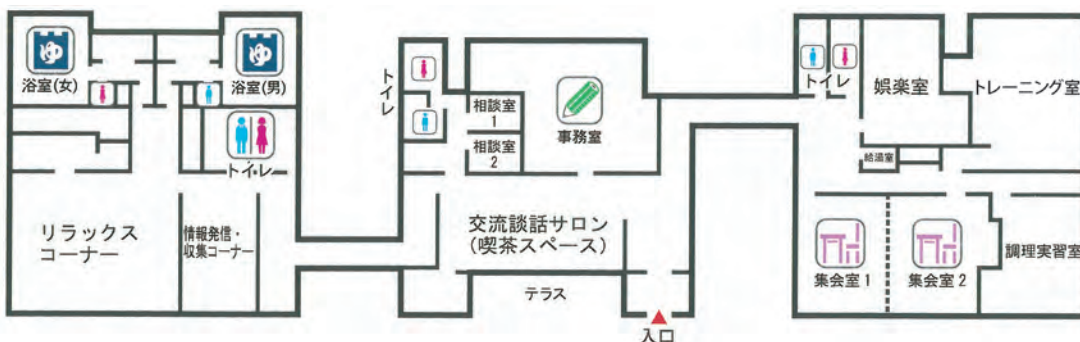
合唱の風景です。当センターご利用の有志による演奏です。

健康増進や趣味・生きがいにつながる活動を、センターに集う仲間とともに自主的、主体的に、そして継続的に行えるよう支援しています。

「地域の高齢者がはつらつと暮らせる街づくり」を目指しています。



- ・大泉学園駅北口～朝霞駅、成増駅南口、新座駅南口、福祉センター入口、新座営業所行「住宅前」下車
- ・大泉学園駅南口～都民農園セコニック、新座栄、長久保行「住宅前」下車
- ・みどりバス保谷ルート（保谷駅北口⇄練馬光が丘病院）「関越学園通り」を下車



音声コードUni-Voice