

区内団体の文化・芸術に触れてみませんか

第69回区民文化祭

区内で活動している文化団体が作品の展示や演奏・舞踊などの発表を行います。ぜひお越しください。▶申込:当日会場へ

問合せ 生涯学習センター ☎3991-1667

催し名	日時	場所
民謡大会	10/6(日)10:30~18:00	練馬文化センター
詩吟剣舞詩舞大会	10/6(日)11:00~16:00	生涯学習センター
三曲演奏大会	10/13(日)11:00~16:45	
俳句大会	10/13(日)13:00~17:00 ※入場料1,000円。当日は見学のみ。	ココネリ3階
大正琴の会	10/20(日)13:30~15:30	生涯学習センター
謡曲大会	10/26(土)13:30~17:00	
いけば花とお茶の会	10/26(土)・27(日)10:00~16:00 ※茶席は10:00~15:00(1席1,000円)。	向山庭園
邦楽演奏会	10/27(日)11:00~18:00	生涯学習センター
フォークダンス大会 pick up	10/27(日)12:00~16:30	光が丘体育館
合唱祭	10/27(日)12:00~18:00	練馬文化センター
太鼓フェスティバル	11/4(木)13:00~17:00	
民謡大会	11/10(日)14:00~16:00	生涯学習センター
手工芸作家展	11/13(水)~17(日)10:00~17:00 ※17(日)は16:00まで。	石神井公園 ふるさと文化館
日本舞踊の会 pick up	11/17(日)11:00~17:30	練馬文化センター
寄席演芸大会	11/17(日)13:00~17:00	生涯学習センター
洋舞フェスティバル	11/17(日)16:00~19:00	練馬文化センター
練馬書道展 pick up	11/20(水)~24(日)10:00~17:30 ※24(日)は15:00まで。	石神井公園 ふるさと文化館
いきがい川柳大会	12/1(日)11:00~16:30	石神井公園 区民交流センター

文化祭の見どころを紹介!

フォークダンス大会

さまざまな国の音楽に合わせて、会場いっぱいには舞い踊ります。各国の民族衣装や息の合ったダンスをお楽しみください。



日本舞踊の会

優美なからだの動きと、色とりどりの着物の華やかさ、扇による舞の表現力の奥深さにご注目ください。



練馬書道展

日本が世界に誇る「書き文字文化」の書道。思いを込めた魅力ある作品をご鑑賞ください。



NEW 出張型三療サービス

(はり・マッサージ・指圧)を開始

敬老館などの区立施設で、三療サービス(はり・マッサージ・指圧)を1回1,500円で利用できます。 ※練馬区三療師会協力。▶対象:区内在住で60歳以上の方▶場所:敬老館など11カ所の区立施設▶申込:区ホームページや地域包括支援センター、敬老館、厚生文化会館、旭町南地区区民館、高齢者支援課(区役所西庁舎3階)にあるチラシをご覧の上、申込先へ▶問合せ:高齢者支援課高齢給付係 ☎5984-2774



いきいき健康券のご利用を

▶対象:区内在住で年度内に75歳以上になる方(昭和25年4月1日以前生まれ) ※すでに利用している方は申し込めません。▶申込:区ホームページ「電子申請」または下記で配布する申込ハガキに記入の上、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▶問合せ:高齢者いきいき健康事業担当 ☎6758-1722



地域活動団体に

リハビリ専門職を派遣します

地域で運動や文化活動を行っているサークルなどに、リハビリ専門職などを派遣します。普段活動しているメンバーと一緒に、フレイル予防や健康づくりについて無料で学べます。 ※派遣は1団体につき年度内2回までです。▶対象:65歳以上の方が半数以上いる区内の団体▶申込:区ホームページまたは電話で介護予防係 ☎5984-2094



令和6年度版

「高齢者の生活ガイド」を配布

高齢者向け保健・福祉サービスや高齢者の家族に役立つ情報を紹介しています。 ※6年度より3年に1回発行。▶配布場所:地域包括支援センター、区民事務所(練馬を除く)、はつらつセンター、敬老館、保健相談所、総合福祉事務所、高齢社会対策課(区役所西庁舎3階)など ※区ホームページでもご覧になれます。▶問合せ:高齢社会対策課計画係 ☎5984-4584

