



会館だより 9月号

発行日／令和6年（2024年） 8月26日（月）

発行／練馬区立厚生文化会館 練馬区練馬4-2-3 電話3991-3080

残暑お見舞い申し上げます

処暑を過ぎましたが、まだ暑い日が続きます。熱中症にご注意ください。

第38回 けやきまつり



けやきまつり開催日 令和6年11月10日(日) 午前10時～午後3時

リサイクルバザーにご協力をお願いします

今年も「けやきまつり」が近づいてまいりました。今回、5年振りにリサイクルバザーを開催します。ご家庭に再利用可能でご使用予定のない物品が眠っていましたら、ぜひお譲りください。

なお、下記のルールに沿ってのご提供をお願いいたします。

- ・品物は新品、または新品同様に確実に使用できるもの。
- ・食料品、飲料は不可。
- ・持ち運びができる大きさのもの。

ご提供品の受付

10月15日(火)～11月8日(金)
(※日・祝日は除く) 10時～17時
当館事務室まで ☎03-3991-3080



集会室のご利用について

11月10日(日)開催予定の「けやきまつり」準備等のため10月下旬から集会施設(大会議室、小会議室、視聴覚室、和室、料理実習室)の利用を一部制限させていただきます。ご理解・ご協力をお願いいたします。

★ 9月16日(月) 敬老の日

★ 9月22・23日(日・月)

秋分の日・振替休日は、
祝日のため、敬老室、児童室、
学童クラブは休室いたします。

ご来館時のお願い



- ❁ 厚生文化会館前の道路は、駐車禁止です。
- ❁ 路上待機も駐車と同様ご遠慮ください。

* 敬老室9月の催し *



◎は体操教室です。初めての方もお気軽にご参加ください。
動きやすい服装で、水分補給の飲み物、タオルをご持参ください。

◎ **太極拳講座** 4日、18日(いずれも水曜日)
午前10時30分～11時30分

足腰の筋力をきたえ、転倒防止につながります。



○ **本人ミーティング** ※9・10月はありません。次回は11月20日(水) 午後2時～3時(①)

○ **街かどケアカフェ** ※9月はありません。次回は10月21日(月)午後2時～3時(②)

「理学療法士による健康講習会」(事前申込み制)

①、②のお問合せは、練馬地域包括支援センター ☎ 5984-1706へ

○ **映画会** 25日(水) **午後2時～** 作品案内は敬老室に掲示します。

◎ **ヨガ体操** 26日(木)
午前10時30分～11時30分

筋力や持久力、バランス能力の低下を予防します。



○ **囲碁・将棋** 月～土曜日(行事開催日を除く)午前9時～午後5時

☆4日(水)・18日(水)・26日(木)は正午からです。

○ **カラオケ開放** 火・木・土曜日 午前11時～午後4時30分(行事開催日を除く)

☆26日(木)は正午からです。

○ **マッサージ機、電位治療器(スカイウェル)** 月～土曜日 午前9時～午後5時

【三療サービスのご案内】



入浴事業廃止にともない、浴室跡地を活用して2か月に1回、国家免許を持つ施術者が三療サービス(はり・マッサージ・指圧)のうち1種類を実施いたします。(有償)

お申込み方法など詳細は、館内ポスター・チラシまたは区ホームページをご確認ください。

お問合せ：練馬区高齢者支援課高齢給付係 03-5984-2774



区HPのコード